MİZACINI TANI KİTABI

1.Bölüm

"Müslümanlar İslam'a uyduğu sürece hastalanmazlar."

Hz.Muhammed

04 Haziran 2017

İslam Tıbbı Nedir?

İslam dünyasında, İslam'dan sonra gelen hekimlerin tıp ve sağlık alanındaki görüşlerinin toplamına İslam Tıbbı denir.

Sağlık Nedir?

Dört salgının (ahlat) dengesinin korunmasına sağlık denilmektedir.

Hz. Muhammed (s.a.a) döneminde, Hıristiyan bir doktor, Peygamberimiz'e (s.a.a) şöyle dedi:

-Ümmetinize bize gelmememesini siz mi emrettiniz?

Hz. Muhammed (s.a.a) şöyle buyurdu:

-Müslümanlar İslam kurallarına uyduğu müddetçe hastalanmazlar.

Her yıl ilmi araştırmalar üzerinde fikir değişikliğine gidilmekte. Görünen o ki yöntem, sağlam yöntem değil. Ama rivayetler sabit olduğundan biz de rivayetler doğrultusunda işe koyulacağız. Rivayetleri ise 'temel' olarak ele aldık. Temelimiz doğru olduğundan ilmimiz hızla ilerleyecektir.

Şifa ve Derman (Tedavi) Arasındaki Fark

Şifa, bedenle beraber ruhun tedavisine denmekte, dermansa sadece bedeni kapsamaktadır.

Helal ve Haram

Haram, hastalığa neden olurken helal, varlık düzeniyle uyumludur. Helaller arasında bir takım temiz ve üstün değere sahip yiyecek yer alır. Bunun yanında bir takım düşük mertebeli ve değersiz yiyecek de vardır. Üstün nitelikli yiyecekler şöyledir: Bal, incir, zeytin, üzüm, hurma, nar. Adı geçen yiyecekler, uzmanların özellikle dikkat etmesi gereken besinlerdir.

Kuran'ın hiçbir yerinde 'helal' kelimesi tek başına kullanılmayıp 'halalen tayyiba' şeklinde kullanım olmuştur. 'Tayyib' (temiz), insan fıtratına uygun besin demektir. Yani, yediğinizde, bedende hiçbir probleme yol açmaz. Tam olarak, Peygamberlerin yediği ve asla hastalanmadığı besinlerdir.Tayyip (temiz) besin, ruhu geliştirir, rüşt sağlar. Ancak içeriğinde on adet zararlı madde barındıran bir gazlı içecek, tayyip (temiz) olabilir mi?

Haram bir yiyecek bizi tok tutabilir. Ancak diğer yandan da zararlı etksi vardır. İdrar, yarayı iyileştirir, bal da yarayı iyileştirir. Ama idrar necistir, ruha zarar verir. Ya da kurt ciğeri, soğuk hastalıklar için ilaçların başında gelir ama haramdır. Tabip, tüm ilaçların niteliklerini bilmelidir. Öyleki acil bir durum karşısında, ilaç olmadığı takdirde, onu kullanabilmelidir.

Besin (Gıda) Nedir?

Besin, kaybedilen dört salgının geri dönüşüdür.

Bir Rivayet

Yahudi biri İmam Cafer Sadık'ın (a.s) yanına vardı ve şöyle söyledi:

-Siz madem Kur'an'ın tam bir kitap olduğunu söylüyorsunuz o halde neden Kur'an 'tıp' hakkında herhangi bir bilgi içermiyor?

İmam Sadık (a.s) şöyle buyurdu:

-Kur'an'ımız tıbbın tümünü yarım ayette özetlemiştir:

Kulu veşrebu ve la tusrifu. Yani **yiyin için israf etmeyin.**

İsraf konusunu, mizacı tanıma perspektifinden açıklarsak, görüyoruz ki israf etmemek tüm hastalıkların önlenmesini sağlar ve israf etmekse hastalığa sebebiyet verir.

Eğer biri 'soğuk' şey yemesi gerekirken 'sıcak' şey yerse hastalanır, bunun kendisi israftır ya da tam tersi.

Hatırlatma: Doğu ve batıda domuz kanından jambon üretiliyor, bundan ötürü onların yiyecekleri temiz sayılmaz.

İslam Tıbbı'nın Bir Başka Açıklaması

İcra olunan tıp bilgisinin tasfiyesine İslam Tıbbı denilmektedir. Çünkü modern tıpla İslam tıbbı 'insanın tanımı' hususunda aralarında görüş ayrılığı vardır, hatta tedavide dahi görüş ayrılığı görülmektedir.

İslam Tıbbının Ayrıcalığı

1. Maneviyata yönelim
2. Ruhun düzeltilmesi
3. Beslenmenin düzeltilmesi
4. Bireyin mizacına göre beslenmesi

5. Pişmiş yiyeceğin azaltılması
6. Besin içeriğinin düzeltilmesi
7. Kanın düzeltilmesi

İslam Tıbbında Üç Tür Teşhis Yöntemi Vardır

1. Mizacı tanıma
2. Nabız
3. İdrar ve dışkı

Yukarıdaki üç teşhis yönteminden, mizacı tanıma ötekilerine göre daha kâmil, kapsayıcı ve topludur. Nabız konusu da, uzmanlık ötesi bir yöntem olup özel kavrayış gerektirmektedir. Konuşamayanlar için, özellikle de çocuklar ve yaşlı bireyler için, nabız uygun bir yöntemdir.

Nabız:

Tüm bedende, dört salgıdan doğan ruhun yansımasına (tecelli) nabız denir.

İlk olarak, salgı tüm bedene yayılmakta olup buhar içermektedir. Bu buharların adı, maddi ruhlardır. Koku gibi. Koku latif olup görünmemektedir. Bunun bedende karşılığı, maddi ruhtur ve bu salgılar (ahlat) çeşitli müzik sayesinde değişebilir. Bundan dolayı, belli bir müziği dinlediğimizde nabzımız değiştir ve bir başka müzik başka nabzı meydana getirir.

Genel nabız; 9, özel nabız; 24, özel üstü; 104, zaruri nabız; 3'tür.

Nabız eğer dolgun ve sakin olursa, kandır. Nabız eğer dolu ve hızlı olursa safradır. Zayıf ve yavaş olursa balgamdır. Zayıf, tiz ve hızlı olursa sevdadır.

Başarılı tabip, mizacı tanımayı tam ve titiz bir şekilde kullanabilendir, çok ilaç kullanan değil. Tıbba sahip olmayan bir ülkenin bağımsızlığı, politik bir şakadan öteye geçmez.

Mizacın Hayatımızdaki Rolü

Başarılı erkeklerin hepsinde, duygusal ve samimî bir aile ilişkileri görülür ve yaşantılarında yenilgiye düşenlerse aile ilişkilerinden darbe yemişlerdir. Hitler ve Napolyon gibi.

Amerika'da uzun ömürlü kişiler hakkında bir araştırma yaptılar ve 120 yaşında yaşlı bir adama evliliğine dair soru sordular. Yaşlı adamın cevabıysa "Ben karıma aşığım." oldu. Aşk, bedenin bağışıklık sistemini güçlendirir ve öyle bir güç verir ki hiçbir besin böylesine bir gücü bedene sağlayamaz. Japon toplumunu kalkındıran etmen, ailesel devamlılık olmuştur. Japonya'da, çiftler birlikte yürüdüklerinde, Müslüman olmamalarına karşın, kadınlar eşlerine saygılarından dolayı eşlerinin biraz gerisinden yürürler. Avrupalılar, bir kadının bir okuldan kat kat değerli olduğunu daha yeni anladı. Sizlere, İmam Humeyni'nin eşine yazdığı mektubu okumanızı öneririm. Sözün özü şu ki: "Eşlerinize uymakla onlara yönetici olun."

Yemek yerken kötü bir sahneye bakarsanız, bedeniniz sevda üretir. Bu yüzden derler ki eğer bebeğiniz için bakıcı tutmak istiyorsanız güzel birini seçin.

Uyurken bebeğin bir sağa bir sola dönmesinin nedeni, sıcaklığın fazlalığıdır, huysuzlanması bundandır veya evin dekorasyonunu sürekli değiştiren bir kadın ya da işlerini yarım yapan birinin sebatsızlığının sebebi sıcaklığıdır. Eğer huzura ve sebata erişmesini istiyorsak, sıcaklığını azaltmalıyız. Safra mizaçlı bir çift, iki hafta küstür iki hafta barışık. Safra mizaçlı çiftlerin barışık oldukları vakit, Kameri ayın 1den

7ye ve 21inden 29una olan aralığına denk düşer. Genelde 12, 13 ve 14ünde tartışırlar. Çünkü bu günlerde 'med' görülür ve bedende kanın yükselmesine sebep olur ve çiftin tartışma ihtimalini arttırır. Ay, dolunay olmaya doğru ilerleyince tartışmaları patlak verir. Kan mizaçlılar da böyledir. Hatta karı koca olmalarına gerek bile yoktur. Mahkeme salonlarındaki tartışmaların çoğu bu günlerde görülmektedir. Eğer kavgalı iki şahsı barıştırmak istiyorlarsa, yukarıda zikredilen günlerde işe koyulsunlar. Eğer evli çiftin her ikisi de safra mizaçlıysa, aralarındaki sorunun hallolması için birbirlerine karşı "kazmü'l-ğays (alttan alma) " göstermeleri gerekir veyahut tartışma günlerinde baş bölgesindeki sıcaklığı azaltmalılar. Bunun için, sirke ya da limon suyu koklanabilir ya da soğuk tabiatlı yiyecekler yenilebilir.

Kadınla erkek arasındaki yaş farkının beş ile yedi arasında olması en uygunudur. Çünkü erkek, kadından önce 'soğukluk dönemine' erişir. Yaş farkları az ya da çok olduğu halde mizaç farkı da varsa sorun çözülür.

İnsan topluluk içinde daha iyi eğitilir. Cemaat namazının sevabının daha çok olması gibi. Birçok kimse dışarıdan güzel ahlaklı görünmesine karşın, aile içinde kötü ahlaklıdır.

Kan, hararettir ama hararetle rutubet birliktedir. Safra da hararettir ancak safra mizaçlıların esneklik hızı daha yüksektir, kanın esneklik hızıysa daha alçaktır. Eğer kan mizaçlının hedefi olmuşsanız, size nişan almaması için yani kavga çıkmaması için alttan almanız en doğrusudur.

Balgam mizaçlı sakin olur. Balgam mizaçlı kadın, eşine en çok itaat edendir. Kan mizaçlıysa, kendini 'sultan' olarak görür. Eğer kötü ahlaklı olurlarsa pek inatçıdırlar ve eğer şefkatli olurlarsa pek samimidirler. Zira dışarıdan dost canlısıdır ve çok eşlilik potansiyeli onlarda daha fazladır. Sıcaklıktan soğukluğa doğru kaydığımızda, çok eşlilik potansiyeli hatta evliliğin rengi dahi azalır. Avrupa'da soğukluk baskın geldiğinden, sadece kız arkadaşı edinirler ve soğukluk fazlalaştıkça da menstrüasyon daha geç ve menopoz daha erken görülür ve sıcaklıktaysa tam tersi durum söz konusu.

Bayanlarda soğukluk fazla olursa, menstrüasyon döneminde ya kanaması fazla olur ya da süresi. Ve genellikle menstrüasyon dönemlerinde halsizlik, çok uyuma ve yorgunluk görülür. Kanamada gecikme de soğukluktan kaynaklanır, eğer soğukluk fazla olursa kanama durur. Bazen de sıcaklığın şiddetinden kanamanın durulması yaşanır ki kaşıntı da görülmektedir ama bu durum seyrek rastlanır, böyle bir durumda da rezene veriyoruz.

Kan mizaçlılar al yanaklı ve kiloludur, balgamsa beyaz tenli ve kiloludur.

Eğer kadın ve erkek her ikisi de balgam mizaçlıysa sakin bir hayatları olur. Hatta öyle kimselerle tanışıklığım var ki elli yıllık ömürleri boyunca birbirlerine karşı 'sen' diye bile hitap etmemişlerdir.

Hatırlatma: Balgam mizaçlı erkekler soğuk olduklarından ve balgamları fazla olduğundan kılıbık olurlar.

Sevda mizaçlıyla evlilik çok zordur, eline bir cetvel alır ve kırk tane ölçü karısı için kararlaştırır ve sürekli kusur bulur. Sevda olanların düzelmesi için 'sıcak ve yaş' tabiatlı yiyecekler yemesi gerekir, çünkü soğuk ve kuru mizaçlıdırlar. Tam bir balgam kadını, sevda mizaçlı bir erkeğe tahammül edebilir. Ama ben safra ve sevda mizaçlı olup da ilişkileri devam edenini görmedim.

Hatırlatma: Mizacın dengelenmesiyle ve yapmacık aşkla, sevmek ve anlaşmak mümkün. Bana göre günde on dört kere 'seni seviyorum' demek bir kere 'salavat' getirmek kadar kıymetlidir ve soğuk kelimeler yaşamı soğutur.

Sıcak tabiatlı yiyecekler yiyen kişilerin beyni de sıcak olur ve pozitif düşünceli olurlar. Tam tersine, soğuk tabiatlı yiyecekler yiyenlerin beyni soğuk olur ve negatif düşünceli olurlar.

Sıcak mizaçlı yemekle uyuduğumuzda, sıcak salgı (hılt, çoğulu; ahlat) üretilir ve uyandığımızda neşeli uyanırız. Akşamları gül kokusu koklayıp uyumak iyidir çünkü sıcak mizaçlıdır.

Mide soğuk olduğunda, karın büyür ve geğirme görülür.

Kahvaltıya balla başlayın, kahvaltı kuvvetli ve ağır olmalı.

Üç tane hurma, yirmi dört saat boyunca bedenin bütün enerjisini sağlayabilir. Kelle paça, sıcak tabiatlı baharatla yapılan mercimek de günlük bütün enerjiyi sağlar.

Hatırlatma: Hastalıkların çoğunluğu öğle yemeği yemekten kaynaklanır; göbek oluşumu, tansiyon, kolestrol ve diyabet gibi.

Alemde olan her neyi ayrıştırırsanız ayrıştırın ‘dört elementle’ bağlantılıdır. Dört elementi ayrıntılı olarak ele alacağız:

Erkan	Mizaç	Mevsim	Yaş	Vakit
Hava	Sıcak ve yaş (kan)	İlkbahar	0 - 30	Sabah
Ateş	Sıcak ve kuru (safra)	Yaz	30 - 40	Öğle
Toprak	Soğuk ve kuru (sevda)	Sonbahar	40 - 60	İkindi
Su	Soğuk ve yaş (balgam)	Kış	60 ve sonrası	Akşam

Çevirmen Notu:*Erkan (rükünler), rüknün çoğuludur ve ‘temel’ olarak da çevrilebilir.*

Her Şeyin Mizacı Vardır

Dikkat edilmesi gereken bir konu şu ki varlık aleminde her şeyin mizacı vardır. Hayvanlar, bitkiler, mevsimler, yaş aralıkları ve vücut organları gibi ki hepsine sırasıyla değineceğiz:

1. Hayvanlar: Her varlık, kendi eylem ve yaratılışına göre belli bir mizaca sahiptir. Mesela kurdun mizacı sıcak ve kurudur ve ateş elementi baskındır. Aslan yırtıcı ve cesur bir hayvandır, baskın kandan yaratılmıştır ve böyle olmasaydı aslan olmazdı ve aslanın tüm özelliklerini de taşımazdı. Karınca sevda cinsindendir, arı safra cinsinden olup eşekse balgamdır.

2. Bitkiler: Bitkilerde dört elementin varlığını, yiyerek ya da dokunarak açıkça görebiliriz. Yeme hatta dokunma yoluyla sıcaklığa ve acil susuzluğa yol açan bitkiler, hatta tekrar edilmesiyle bedende kaşıntı ve yanmaya sebebiyet veren bitkiler ‘sıcak ve kuru’ tabiatlıdır. Yenildiği takdirde sıcaklığa sebep olan bitkilere, ‘sıcak ve yaş’ diyoruz.

Bedendeki harareti ve susuzluğu yatıştıran bitkilere, ‘soğuk ve yaş’ diyoruz.

Bedendeki sıcaklığı yatıştırıp susuzluğu gidermeyen ve hatta tekrar edilmesiyle bedende kuruluğa ve zayıflığa sebep olan bitkilere ‘soğuk ve kuru’ diyoruz.

Tam da burada önemli bir noktadan bahsetmek gerekir:

Toparlarsak, sıcak ve kuru elementi; safra üretici, sıcak ve yaş elementi; kan üretici, soğuk ve kuru olanı; sevda yapıcı ve soğuk ve yaş olanı; balgam yapıcı olarak adlandırıyoruz.

Hatırlatma: Eski salatalıkların mizacıyla şimdiki salatalıkların mizacı fark ediyor. Eskiden buğdayın mizacı mutedildi ama şimdi kabuğundan ayırdılar ve un haline getirilme aşamasında çok fazla vuruş ve elektrik uygulandığı için 'endüstriyel mizaç' türedi ve dolayısıyla da soğukluk oranı çok fazla olmuştur. Eskiden değirmen olduğundan, buğday bileşenlerine çok fazla vuruş uygulanmıyordu.

3. Mevsimler:

İlkbahar, sıcak ve yaştır.

Yaz, sıcak ve kurudur.

Sonbahar, soğuk ve kurudur.

Kış, soğuk ve yaştır.

4. Vakitler:

Sabah: Sıcak ve yaş - ilkbahar

Öğle: Sıcak ve kuru – yaz

İkindi: Soğuk ve kuru – sonbahar

Akşam: Soğuk ve yaş – kış

5. Yaş Aralığı:İnsanın farklı yaşlarda farklı mizaçları olur.

Büyüme ve gelişme çağında (doğumdan itibaren otuz yaşına dek) sıcak ve yaş mizaçlıdır.

Gençlik çağında (30 – 40 yaşlarında), sıcak ve kuru mizaçlıdır.

Orta yaş döneminde (40 – 60 yaşlarında), soğuk ve kurudur.

Son olarak, yaşlılık döneminde (60 yaş ve sonrası) soğuk ve yaştır.

6. Tatların Türleri:

Tatlı tat: Sıcak ve yaş

Acı ve tuzlu: Sıcak ve kuru

Ekşi: Soğuk ve kuru

Tatsız ve buruk tatlar: Soğuk ve yaş

7. Organların Mizacı: Bedendeki her organın kendine özgü mizacı vardır. Mesela, beyin; soğuk ve yaştır, kemik ve saç; soğuk ve kurudur, yağ; soğuk ve yaş, kalp; sıcak ve kuru, akciğer; sıcak ve yaştır.

8. Cinsiyetin Mizacı: Erkekler kadınlara göre daha sıcak olurlar.

9. Bölgelerin Mizacı:

Dağlık bölgeler: Soğuk ve kuru

Çöl bölgeleri: Sıcak ve kuru

Denize kıyısı olan bölgeler: Soğuk ve yaş

Ormanlık bölgeler: Sıcak ve yaş

Admin *16-10-2018*
Aslında İbni Sina'nın Kanun fittıp eserinde organların mizaçları detaylı olarak bilgilendiriliyor, bir derleme yapıp sitede yayınlayabiliriz. Örnek olarak mide soğumasında sıcak mizaçlı belli başlı ilaçlar verilir. Kitabın ilerleyen bölümlerinde organlardaki hılt artışı ayrıntılı olarak işleniyor. Tıp dengedir, dolayısıyla artışı ya pasifize edersiniz ya da alçaltırsınız. Sağlıcakla kalınız

kemal coşkun *15-10-2018*
organların mizaçlarını nereden öğrenebilirim. Bir de bir organ da sıkıntı varsa o organın mizacının zıttını mı yemek gerekir

Mizacını Tanı Kitabı (İkinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (İkinci Bölüm)

Mizaç Tanıma

Mizacı tanıma ilmi, ehlatın (salgıların) tanınmasıdır. İnsan bedeni; su, ateş, hava ve topraktan oluşmuştur ve bu dört unsurun dengede olması gerekir. Eğer dört unsurun dengesi bozulursa, hastalık ortaya çıkar.

Dört salgı (hılt) olan sevda, safra, kan ve balgamın etkileşiminin hasılına mizaç denir ki bedenin yapılanmasından ve özgü davranışların ortaya çıkışından sorumludur.

Bedendeki safra çoğalınca, kişi iğneliyici sözler sarf eder. Bedende soğukluk artınca da kişi umursamaz olur ve soğukluktan 'korku' meydana gelir.

Kimyasal ilaçlar verilirken, kişinin mizacı göz önünde bulundurulmadığından çeşitli yan etkiler doğurur hakeza bu durum bitkisel ilaçlar için de geçerlidir. Eğer bitkisel ilaçlar, mizaç baz alınarak verilmezse kimyasal ilaçların zararları, bitkisel ilaçları da kapsar. Örneğin, su en sade ilaçtır, eğer mizacı göz önüne almadan uygulatırsak, bazıları için zarar teşkil edebilir. Öyleyse herkes için günde

altı ile sekiz bardak su iç diyemeyiz veyahut herkese su içme diyemeyiz. Bal da öyle. Kuran-ı Kerim bal için 'şifaun linnas' 'insanlar için şifadır' buyuruyor, kalkıp da herkese bal yemesini söylersek, haliyle bu kimilerine zarar verecektir. Hatta uykunun dahi yan etkisi olabilir. Normalde uykunun ölçüsü altı ile sekiz saat arasıdır ve enerji veren bu uykuyu eğer insan almazsa, şiddetli uykusuzluktan ötürü kalp krizi de geçirebilir. Ya da aşırı uyursa, aşırı uykudan ötürü kalp krizi geçirebilir. Uyku, soğuk olduğundan, bedeni de soğutur, kan hareket halinde değildir ve balgam artar ve tıkanıklık oluşur.

Soğuk mizaçlı kadın ve erkeğin sakin ve soğuk bir hayatı olur ve birbirlerine itaat ederler. Eğer kadın ve erkek, safra mizaçlı olursa, maksimum sıcaklığa ulaştıklarında sinirlenirler ve küserler. Ama bu duruma uzun süre tahammül edemezler. Çünkü safra kısa süreliğine yükselir ve aniden düşer ve düştüğünde safranın zıttına yani balgama dönüşür. Ve balgam halinde, insan sıcaklığa gereksinim duyar. Soğukluğu fazla olan kimse çabuk barışır. Ve kimin soğukluğu az olup sıcaklığı çok olursa biraz nazlanır.

Geçmiş dönemdeki aşıklar, Şirin ve Hüsrev, Leyla ve Mecnun gibi, hepsi dem (kan) mizaçlı idiler. Kanın şiddeti ne kadar fazla olursa, aşıkça tavırlar, korkusuzca ve örfe aykırı hareketler fazla olur. Ne kadar soğuk olurlarsa kuralcı, legalist ve düzenli tertipli olur ve ne kadar sıcak olurlarsa düzensiz olurlar. Örfe aykırı davranma ve kanunlara uymama, kan mizaçlılara özgüdür ve kuralcılık soğuklara özgüdür.

Mutlu bir hayat için, erkeğin sıcaklığı kadının sıcaklığndan fazla olmalı. Eğer kadın erkeğe göre daha sıcak olursa evde otoriter kadın olur. Sıcak mizaçlı çocuklar da genelde oyunda yönetici olurlar.

Toplum ve aile içinde eğer genel olarak sıcak iseler, birbirlerine karşı samimi davranırlar. Herhangi birinin başına bir olay meydana gelse hemen tepki gösterirler. Eğer genel olarak soğuk olurlarsa, birbirlerine karşı vurdumduymaz olurlar ve onlardan birinin başına bir olay geldiğinde, tepkisiz kalırlar ve bu olayda öne çıkan biri olacaksa o da sıcak mizaçlı kimsedir, bu kimseler genelde; al yanaklı, dolgun dudaklı, sabitkadem, hacimli saçlar, geniş omuzludurlar.

Bebek, Erkek mi Kız mı?

Sıcak nutfe, erkek evlat ve soğuk nutfe kız evlat meydana getirir. Tohum gibi. Tohum, yerin mizacını kendi mizacına çevirir. Eğer nutfe sıcak olursa rahim de sıcak olur yani rahimin mizacı çocuğun mizacına döner ama yer/zemin de etkili.

Not: Sıcak tabiatlı gıdaları, nutfe pıhtı olmadan kırk gün önce yersek, bebek erkek olur.

Sıcaklık ve soğukluk, güneş ışınları, coğrafi konum tohum üzerinde etkilidir. Eğer erkek çocuk istiyorsak, erkek olma olasılığının artması için, nutfenin sıcak olması dışında rahmi de sıcak etmeliyiz.

(Bu bölüm tekrar gözden geçirilecektir.)

Gebelikte Mizacı Tanıma Metoduyla Cinsiyetin Teşhisi

Düne kadar hamile kadın ekşi severken, bugün tatlı sevmeye başladı. Yani kadının mizacı sıcaktı ve dengelemek için soğuk yerdi, şimdiyse çocuğu kız olduğundan, dengelemek için sıcak tabiatlı yiyecekler sevmeye başladı ve böyle bir durumda hamile kadının yüzü de değişir, dudakları dolgunlaşır, gözleri ve burnunda şişkinlik olur ve bedeni şişmanlar yani bu belirtiler çocuğun kız olduğunu gösterir. Nasıl ki bir parça eti ısıttığınızda büzüşür ve suya atıldığında genişler.

Nabız yoluyla da çocuğun cinsiyeti teşhis edilebilir. Soğuk nabız; yavaş. Sıcak nabız; hızlı Bu genel bir kuraldır. Ama sıcak kız da vardır ki heyecanlı ve duygulu olur.

Bir kadının bedeni sıcakken rahimi soğuk da olabilir, aksi de söz konusudur. Burada tabip, rahmin mizacını kız ya da erkek istenmesi durumuna göre değiştirir.

Doğurganlık ve Kısırlık

Doğurganlık, kısırlık ve ikiz doğurma bedenin mizacına bağlıdır. Rahmin safra sıcaklığı çok yüksek olup nutfeyi yakabilir ki bu durumda gebe kalınamaz, bunun aksine rahim çok soğuk olup nutfeyi dondurmuş da olabilir ki bu durumda da gebe kalınamaz.

Nutfe üzerinde, zaman, mekan, helal ve haram yiyecek, görme ve duyma etkilidir. Ayetullah Beheşti'nin annesi şöyle diyordu: Oğluma süt verdiğimde ona Kur'an okurdum, Kur'an okumasam başını sineme vururdu yani bana Kur'an oku demek isterdi.

Yeni Doğan Bebeğin Mizacının Tanınması

Yeni doğan bebek, beyaz tenli, ince ve hassas ciltli, ince telli saçlara sahip, tombul ve iştahlı, zoraki gözlerini açıp kapar ve aşırı uyur.

Ya da aksine düşük ağırlık, siyah ve uzun saçlar, kaşlar belirgin, an be an bakar ve iştahı azdır.

Erkek ya da kız olduğuna bakmaksızın örnekte gelen ilk bebek soğuk olup ikincisiyse sıcaktır.

Eğer ikincisi erkek olursa, bu demek oluyor ki bebeğin mizacı çok sıcak, hiperaktif, hemen tepki verir, sesleri ve renkleri ayırt eder, eğer bebeğin sıcaklığı aşırı olursa, bebek sarılık geçirir ve tedavisiyse bebeğe ve anneye soğuk tabiatlı yiyecek vererek hallolur. Örnek verecek olursak, şirhişt (dağ muşmulası olarak geçiyor) verilir ve acil olarak da üç damla kan gelene dek kulak kepçesine hacamat edilir ve sarılığı atlatmış olur.

Yeni doğan erkek bebeğin testisleri dolu olursa, bebeğin mizacı sıcaktır.

Sıcak mizaç, saçları dikleştirir, soğuk mizaç saçları düzleştirir.

Uyarı: Aşırı sıcak rahimde, bazen diş çıkarma gözlenebilir.

Sıcaklık ne kadar fazla olursa, uyku azalır. Soğukluk ve nem ne kadar çok olursa uyku artar ve süt verdikten sonra bebekte geğirme görülür ve bazen de kusma görülebilir. Yani mide soğuk demektir, bu durumda anne sıcak şeyler tüketmelidir. Sıcaklık hareket faktörü olup, nemse gelişim faktörüdür. Bebek için iki faktör de gerekli.

Yaş ilerledikçe nem ve sıcaklık azalır.

Uyku getiren ilaçlar da soğuk tabiatlıdır.

Sürekli ağlayan bebeklerin (özel bir durum olmaksızın) ya bedenleri sıcaktır ya da mideleri soğuktur.

Anne Sütünün Sıcak ya da Soğuk Oluşunun Teşhisi

Anne sütünü tırnağa damlattığınızda eğer kayıyorsa süt soğuktur, eğer süt sıcak olursa tırnak üstünde sabit kalır, çiğ damlası gibi. Sütün soğuk olma durumunda sütün sıcak olması için annenin, bal, hurma, rezene ekstresi tüketmesi gerekir.

Soğuk mizaçlı erkeği ve sıcak mizaçlı kızı yan yana tuttuğumuzda, erkek kıza göre daha sıcaktır. Bunun için bu sıcaklık ve soğukluk görecelidir. Hükümdar kadınlarların mizacı sıcaktı. Hintlilerde kadından erkeğe hepsi genel itibariyle sıcak mizaçlıdır.

Soğuk mizaçta, incelik ve esneklik ve sıcak mizaçtaysa ısrar, kabalık ve inat görülür. Eğer güçlü kız yetiştirmek istiyorsanız sıcak şeyler çok verin ki inançları üzerinde istikrarlı olsun ve kendi ayakları üstünde dursun ve ruhsal bakımdan dirençli olsun ancak soğukluk halinde bu olayların tümünün görülmesi muhtemeldir.

Mizaç ne kadar soğuk olursa, anlama kabiliyeti bir o kadar zor olur. Hayvanlarda, eşeğin mizacı soğuktur ve bunun için ahmak ve anlamazdır. Buna göre sıcaklık ne kadar çok olursa zeka seviyesi yüksek ve ne kadar soğuk olursa anlama yetisi düşük olur. Sıcaklık, kararsızlık ve sebatsızlık getirir ve hatta kişi uykuda dahi konuşabilir, yürüyebilir ve sıklıkla sağa sola döner.

Biz bedendeki aşırı sıcaklığı tedavi etmiyoruz. Aşırı sıcaklığın, zararlı ve sinirliliğe sebebiyet verdiği doğru ancak bu durum bir miktar limon suyuyla tedavi edilebilir. Ama bedeni sıcak etmek zordur, bu ileri yaşlar için birikim olmalıdır.

İranlıların Zeki Oluşu

Çünkü sıcak yemekler çok tüketiyorlar ve İran nesli sıcaktır ama günümüzde bizi soğukluğa yöneltiyorlar. Cips, sosis, salam gibi ki bunların hepsi soğuktur.

Soğuk mizaçlı bireylerin olduğu bir ülke, köklü değişikliklere ve devrimlere maruz kalmaz. Daima siyasi eşitlikler peşindedirler ve tüm sorunlarını müzakerelerle çözmeye çalışırlar ve ajanlık sistemini takviye ederler, saldırı sistemini değil.

İranlılar, kanuna uyamazlar çünkü sıcak mizaçlıdırlar, Avrupalılar soğuk mizaçlı olduklarından kanuna tabidirler.

Yeni icatlar ortaya çıkarma, yaratıcılık, coşku, ileri görüşlülük gibi özellikler sıcak mizaçlı kişilere özgüdür.

İzleme (tebaiyyet), yalan dolan (tezvir), bencillik, kendini garantiye alma, detaycı ve dikkatli olma gibi özellikler soğuk mizaçlı kişilere özgüdür.

Büyük filozoflar ve şairlerin tümü sıcak mizaçlı idiler.

Semiz otu, soğuk tabiatlıdır ve tıkanıklıkları giderir ve semiz otu seven kimselerin sıcak mizaçlı olması gerekir. On iki imamın eşleri, semiz otu sevmeleri hasebiyle sıcak mizaçlı idiler.

Not: Semiz otu (baklatü'l-Zehra), Hazreti Fatıma'nın (as) ilgi duyduğu bir bitkiydi. Melisa otuysa İmam Ali'nin (as) sevdiği bir bitkiydi.

Sıcak bölgelerde yaşayan insanlar, sıcak kanlı ve samimi olurlar ve soğuk bölgelerde yaşayan insanlar, genel itibariyle soğuk ve aldırışsız olurlar.

Sevda mizaçlılar, ayrıntıcı ve titiz kimselerdir. Eğer sevda mizaçlı bir kimseye bir sorumluluk verirseniz, bütün işi ayrıntı, kusur arama, kusur bulma, gözetlemeden ibarettir. Netice itibariyle işler sarpa sarar ve işlerde herhangi bir ilerleme görülmez. Safra mizaçlı kimselere sorumluluk yüklerseniz, çok hareketli olduklarını göreceksiniz, ilerleme kat ederler ancak bir bakarsınız ki her şeyi yarıda kesmişlerdir.

Kan mizaçlılarsa tek başına büyük işlerin üstesinden gelirler. İlerlerler. Başarılı dünya liderleri kan mizaçlıydılar, balgam mizaçlılarsa asla liderlik düzeyine erişemezler.

Kadınlar, iyi danışmandırlar ama karar alma konusunda pek iyi oldukları söylenemez çünkü soğukluk onlarda daha baskındır. Kadınların gördükleri ince detayları kan mizaçlılar göremez. Kan mizaçlılar, yüksek meblağda çek yazabilirler, eğer muhasebecisi balgam mizaçlı olursa der ki bunları nasıl ödeyeceksin ve böylece korkar.

Modern tıbbın yenilgisindeki sebeplerden biri de insanın rükünlerle (temeller) olan ilişkisini açıkça tanımlamamaları. O halde bizim rükünleri öğrenmemiz elzemdir.

Yaratılışsal (Fıtri) Mizaç

Yaratılışsal ya da cebli mizaç, anne babadan kalıtım yoluyla geçen mizaca denir ve doğum sırasında kişide görülür ve kişi için normal bir hal olarak kabul edilir.

Her mizacın kendine has bir takım özellikleri vardır. Ehlatın baskınlığından kaynaklı hastalık belirtileri arasında fark görülür.

Hava ve Kan'ın Özellikleri

Safranın alt kısmında, adına ‘kan’ denilen kırmızı ve şeffaf bir katman bulunur ve görevi kasların, kalbin ve karaciğerin yapımıdır. Kan mizacı, sıcak ve yaştır ve kanın karşılığı havadır. Kan bedende nasıl sirküle oluyorsa ve hacmin çoğunu kaplıyorsa, hava da tüm yeryüzü boyunca deveran eder ve hacmin çoğunu kaplar. Safranın üstte ve balgamın alt kısımda olması bakımından, kanın sıcaklığı ve nem oranında azalma ya da artış görülür.

Hava, özü itibariyle çıplaktır ve içinde bir şey saklayamaz bundan dolayı dem yani kan mizaçlı bir birey iyi bir sır saklayıcı değildir. Zahiri sakin görünse de içinde fırtınalar kopar.

Havayı su içerisine nüfuz ettirmek istiyorsak, bunu ısı yardımıyla başarabiliriz. Hava, kolayca toprağa nüfuz etmez ve bundan dolayı dem mizaçlılarla sevda mizaçlılar uyuşmazlar çünkü toprak saklayıcı olup havaysa açığa çıkarıcıdır. Eğer havanın içerisinde bir toz parçası dahi olsa herkes bunu görebilir ama toprak öyle değil.

109 element, bu dört elementten meydana gelmiştir: Su, toprak, hava, ateş

Bu dört unsur ya da element, bir araya geldiklerinde varlık düzenini teşkil ederler. Bunlara tabiat düzeninin maddi rükünleri denir. Tüm hayvanlar bu dört mizaçla yaşamlarını sürdürürler, o halde:

Safra mizaçlı kimse, ekşi nar ve karpuz yesin.

Sevda mizaçlı kimse, tatlı nar ve kavun yesin.

Balgam mizaçlı kimse tatlı şerbet içsin.

Eğer kan, ciltte olursa, cilt sıcak olur ve sıcak ter döker. Dem mizaçlılarda görülen akneler genellikle büyük ve uç kısmı siyah olur, omuzlarda yüzde ve sinede gözlemlenir ama omuz bölgesinde çoğunluktadır ve bazen çıban da görülebilir. Bu tür durumlar gençlik evresinde sıklıkla rastlanır çünkü gençlik evresi kanın baskınlığının zirve evresidir; damarlar dolu olur ve kurdeşen de görülür.

Eğer kan, başta artarsa, öncelikle yüzde kendini gösterir, bu yüzden ilk olarak başı sıcak eder ve böylece ‘sıcak migren’ meydana gelir ve tüm baş bölgesini etkisini altına alır. Sıcak gıdalar, sıcak kokular ve sıcaklık bu ağrıyı şiddetlendiren etkenler arasındadır. Bu ağrı, akşam olunca yatışır. Eğer bu sıcaklık fazla olursa, ilk önce başın orta kısmında saç dökülmeleri görülür.

Kan tüm bedene yayılmış vaziyettedir, eğer kanda artış olursa ilk önce birincil organları etkiler. Örneğin, damar tıkanıklığı ve kalp krizleri. Sıcak hılt, kristalimsi hal aldığında kanalları tıkar, yapışkansı şekle büründüğündeyse sıcak kan basıncı (tansiyon) meydana getirir ki dem mizaçlı erkeklerde sıklıkla görülür. Sevda ve safra mizaçlı kişilerde bu tür tansiyon pek görülmez. Bu tür tansiyon sıcak olduğundan tuz zararlıdır. Eğer tansiyon soğuk türden olursa tuz yararlıdır. Sinirsel tansiyonlar, soğuk tansiyondan kaynaklanır.

Eğer kan, midede artarsa,kişi ekşi şeylere aşırı meyleder. Ve artış ne kadar çok olursa iştahta azalma görülür. İştahı artırmak için mide ve karaciğeri bir miktar soğuk etmeliyiz. Limon suyu, sirke, koruk suyu içerek ya da ekşi şeyler tüketerek iştah artırılabilir.

Uyarı: Hızlı sindirim, karaciğer ve midenin sıcak oluşundan kaynaklandığı gibi yavaş sindirimse karaciğer ve midenin soğuk oluşundan kaynaklanır.

Midenin soğuk oluşunun belirtileri:Geğirme, kötü ağız kokusu, atıklardaki kötü koku, karından gelen sesler, midede ağırlık, bulantı, ekşime.

Eğer ruhta sıcaklık artarsa,kişinin ahlaki eğitime olan eğilimi inançları doğrultusunda olursa, uç noktaya varır ve kişi peygamberlik iddiasında bile bulunabilir.

Uyarı: İntihar girişimleri, sıcaklığın en zirvede olduğu durumda görülür.

Eğer kan, bedende artarsa, nem ve sıcaklıkta artış görülür ve ilk olarak beliren değişim, hacimde artış görülmesi ve bu da bedenin iri olmasına sebep olur; baş büyük, omuzlar ve pazular hacimli, sine, dudak ve ağız büyük, gözler iri, cilt al görünümlü, yüz şişkin, kalın ve siyah saçlar, bedende ve ciltte aşırı kıllanma, kalın kaş, kısa ve kalın boyun, dolu nabız, sıcak ve soğuk şeylere eğilim (çünkü her ikisinin zıddını taşımakta), çok yer, çok uyur, istek halinde çok çalışır, ifrat tefrit ehli, cinsel ilişkilerde aşırı istekli olurlar, sevgi dolu ve ya aşırı sinirlenme görülür, yaratıcılık, hayalperestlik, olayları her açıdan ele alır, diş eti kanaması görülebilir.

Eğer kan, damarlarda artarsa,koroner damarları tıkar ve kalp krizine neden olur. Koltuk altı ve genital bölgede kıllanma görülürse yani sıcaklık var demektir.

Tüy ne kadar kalın ve çok olursa, böyle bir kişide hem nem vardır hem de sıcaklık yani hem ekşi şeyleri hem de tatlı şeyleri çok tüketir. Uyumak istediğinde çok uyur, çalışmak istediğinde çok çalışır, cinsel ilişkilerde aktivitesi yüksektir, ruhsal eğilim ve aşk konularında yüksek enerjilidir, bir dağı devirebilir ve güzel şiir yazar, çünkü baş ve kalp bölgesinde kan bulunur. Yaratıcı bir kişiliğe sahiptir,

hapse düştüğünde gayet samimi olduğunu görürsün, başkalarına sürekli yardıma koşar, suçunu sorduğundaysa ‘adam öldürme’ der. Kısaca her şeyi zirvede yaşar.

Biri vardı, yirmi beş kez iflas ticarette iflas etmişti ve tekrar sil baştan başladı ve başarılı oldu, çünkü kan mizaçlıydı. Kan mizaçlılar sabırlı ve istikrarlı kimselerdir.

Göbek varsa, demek ki nem de var demektir ve karın bölgesini inceltmedeki en önemli şey nemi azaltmaktır; suyu az içmek gibi, gece bir çorba kaşığı üzerlik tohumu yutmak (suyla birlikte), spor, bunların hepsi nemi azaltmada etkilidir.

Kanın Belirtileri

1. Müzik ve edebiyata eğilim

2. Şairlik yeteneği

3. Tabiata eğilim

4. Muhabbet ve aşk ehli

5. İleri görüşlü

6. Yükseklerden uçar

7. Hayır işlerine ve maneviyata eğilim

8. Güzel ahlaklıdır

9. Cesur

10. Riskleri göze alır

11. Özgüveni yüksektir

12. Cömert

13. Çeşitlilik arar ve tekrardan sıkılır

14. Düzensiz

15. Arkadaş canlısı

16. Yaz aylarında halsiz olur

17. Hafıza ve zekası yüksektir

18. Cinselliğe eğilimlidir

19. Hızlı ve yüksek enerjili

20. Ani şekavet

DEVAMI HAFTAYA...

Serap Ağrı Aksu 06-12-2018

İyi günler Yasin

Beslenmeye dikkat etmezsek, stresten uzak durmazsak belli bir yaştan sonra mizacınız soğuyacaktır. Anlatımınıza göre balgami özelliği taşıyorsunuz. Ama yine de zaman zaman üzerinizde enerjik hareketlilik oluyor.

Yasin 02-12-2018

Merhabalar mizaçların özelliklerini okurken her mizaçta kendimizden bir şerler bulmaktayım kendi mizacımı belirlemede ki önemli etken nedir misal 20 li yaşlarıma kadar hareketliliği seven çok az uyku ile yetinen bi insandım ama şuan olabildiğince az hareket eden çok uyumak isteyen pek çok konuya ilgisiz unutkan ve zor öğrenen bi insan oldum sizce benim mizacım nedir birde oldum olası çok su içerim özellikle yaz aylarında su isteğim o kadar çok artmakta ki çatlayana kadar içmek istiyorum tavsiyeleriniz nelerdir.

Muhlasin 08-01-2018

İyi günler Esengül Hanım, ikinci bölümde geçen "intihar girişimleri, sıcaklığın en zirvede olduğu durumlarda görülür" cümlesinde kastedilen sıcaklık zirveye ulaştığında kişi tabir-i caizse gözü dönmüş gibi olur ateş püskürür, özellikle de kameri ayın orta günlerinde kazalar, adam öldürmeler sıklıkla görülür. Elbette tabiatı bozuk olanlar için kameri ayın ortası sonu olması fark etmez. İşte böyle bir durumda olan biri haliyle sağlıklı düşünemez. Ancak intihar olayı sadece sıcaklığın zirve olduğu zamanda görülmez. Balgam olanlarda da eğilim oldukça yüksektir. Kitap çevirisinin dördüncü bölümünde şu cümle geçer: "İntihar olayı, balgam olanlarda görülür, çünkü soğukturlar ve soğuk olunca, olumsuz düşünceler zihinde belirir." Yani intiharı tetikleyen bir diğer etken de olumsuz düşüncelerin temelini oluşturan 'soğukluk'. Keder de soğuk mizaçlıdır, bu tür negatif düşünceler "soğuk" menşeilidir. Umarım yeterli bir açıklama olmuştur, sağlıcakla kalın

Mizacını Tanı Kitabı (Üçüncü Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Üçüncü Bölüm)

06 Ekim 2017

Safra ve Ateş'in Özellikleri

Safra'nın mizacı sıcak ve kurudur. Safra'nın karşılığı ateştir. Safra'nın özellikleri; kanı latif eder ve seyreltir (sulandırır). Safra azalırsa, el, ayak ve parmak uçları soğur ve üşür. Safra, sıcak ve kuru güneş gibidir ve güneş neredeyse hayat da oradadır, safra da aynen güneşe benzer. Safranın azaldığı

durumda; nabız, kudret ve iradede düşüş olur. Eğer haddinden fazla görülürse, safra kesesinde depo edilir, eğer artış devam ederse safra kesesinde kurur ve safra kesesi taşı oluşur.

Uyarı: Dar ve naylon kıyafetler hararetin artışına sebep olur.

Safra Kesesi Taşı Tedavisi: Sabah ve akşam bir bardak sirkencübin (aç ya da tok karnına olması fark etmez.) Eğer ağrılı olursa iki bardak içilmesi gerekir ve eğer ağrı görülmezse, sadece akşam bir bardak içilmesi de yeterli olacaktır.

Bedendeki Safran'ın İşlevi

1. Safra sıcak ve kuru olduğundan yukarı doğru çıkar ve ısı dengesi meydana getirir.

2. Alyuvarların hareket etmesinde damar içi kayganlığı sağlar.

3. Safra, akciğerlerin göğüs kafesi içerisine hareket etmesi sırasında akciğeri çevreleyen dış zar ile iç zar arasında yer alan plevra boşluğu için gereklidir.

4. Safra, safra kesesinden bağırsak içine salgılandığında, boşaltma hissi uyandırır.

5. Safra, iştah yapar.

Ateş, diğer üç unsura nüfuz edebilir ve nüfuz etmesine bağlı olarak unsurun niteliğini değiştirebilir. Ateşin hareket hızı, diğer üç unsurdan daha fazladır. Ateş ne kadar çok olursa, nüfuz hızı ve ölçüsü fazla olur. Ateş, diğer üç unsurun tümünde esneklik oluşturur. İnsanı, su olarak varsayın. Suya, ısı verdiğinizde yükselmeye başlar, ısıyı kestiğinizdeyse alçalır. Ateş, hayat faktörüdür. Örnek olarak, mağaralarda su, toprak ve hava bulunmasına karşın ateş olmasa herhangi bir kimsenin yaşadığını söyleyemeyiz. Cinler ve meleklerin hızlı hareket etmelerinin sebebi, onların ışık (nur) ve ateşten yaratılmış olmalarıdır. Işığın hızı çok yüksektir. Cin, Hazreti Süleyman'a 'Belkıs'ın tahtını sen yerinden kalkmadan getiririm.' dedi, oysa bu durum, kendisi için fazilet (üstün özellik) sayılmıyordu. Çünkü bu varlıkların özelliği buydu. Ama Asaf 'Ben onu, gözünü kapayıp açmadan önce sana getiririm.' dedi. Bu durum Asaf için fazilet sayılır. Çünkü insanın özelliği böyle değildir. Bu olaydan anlaşıldığı üzere, ilmin hızı, ışıktan fazladır.

Tüm bedende, sıcaklık bakımından en mutedil organ, sağ eldir. Tırnak rengi, ne kadar açık olursa yani beden ısısı bir o kadar az demektir ve renk ne kadar koyu ve kırmızı olursa, ısı yüksektir.

Eğer karaciğer, sıcak ve kuru olursa, dudaklar kurur ve tatlı ve yağlı şeyler yiyemez ve aşırı susuzluk hisseder.

Safra olanlarda görülen ani çıkışlar için en iyi tedavi, soğuk suyla abdesttir ve sakinleştirici yönü vardır. Abdest kurutulmamalıdır. Hararetin hemen yatışması için bir miktar suyun başa dökülmesi yeterli olacaktır.

Eğer safra yüksek olursa, sinirlilik ve üstün zeka görülür, rutubet de azalır ve rutubet bedende azaldığında ilk görülen şey, dem (kan) hacminin azalmasıdır.

Safra olanlarda, yüz derisi çok çabuk kurur, çünkü safra üst kısımda yerleşir. Damar bazen belirgin bazen yarı belirgin olur. Hararet arttığında, damarlar belirginleşir. Hararet azaldığındaysa damarlar yarı belirgin olur. Safra ne kadar üstte olursa kaş tüyleri az olur çünkü safra tüyleri yakar. Ağız geniş, boyun uzun, sine büyük, gözler ela, uzun boylu, su içme isteği fazla olur, az iştahlı olurlar (Biraz limon, berberis, kivi suyu ya da koruk suyu yemeklerine katılırsa, hem iştahları artar hem de haylazlıkları azalır), uykuları azdır ama az uyku Safralıları rahatsız eder çünkü uyku bedende rutubete sebep olur ve Safralıların bedendeki rutubetiyse azdır. (Safralılarda görülen uykusuzluğun tedavisi için marul ve ıspanak yenmesi önerilir. Balgamlılarda görülen uykusuzluğun çaresiyse gül suyu koklamaktır ki genel itibariyle ömrün ikinci yarısında görülür.), cesur, sevda derecesine ulaşırlarsa inatçı olurlar, kanunlara bağlı kalmazlar, kavgacıl (özellikle kameri ayın ortasında).

Safra mizaçlı ince yapılıdır ve şekli şemaili kelle şekerine benzer. Gövdeden yukarısı ince ve gövdeden aşağısı kaba olur yani baş ince, omuzlar biraz ince, kollar küçük, ağız küçük ama basen bölgesi büyük olur.

Burun Ameliyatı Mantıklı Mı?

Sıcaklığın yeri, karaciğer ve kalptir. Eğer sıcaklık fazla olursa, büyük aspiratör yoluyla daha çok serin havanın karaciğer ve kalbe ulaşması gerekir, insanın aspiratörüyse burundur. Öyleyse safra mizaçlı birinin burnu büyük olur ve karaciğeri soğuk olan birinin burnu da küçük olur, öyleyse burun ameliyatları mantıklı değildir.

Safralılarda, cilt rengi sarıya dönüktür ve buğday tenli olmazlar ve damarlar belirgindir.

Yemek konusunda, ekşiye daha çok meyillidirler, tatlı ve yağlı şeylere ilgileri azdır,davranışlarında daha hızlı ve atiktirler ama bu geçici ve ani bir durumdur. Beden ısısı yükselir ve azalır ve bazen çok enerjili bazense az enerjilidirler, bazen neşeli bazen depresiftirler. Bu kişiler iki mizaçlı olurlar,

bedenlerinin üst bölgesi sıcakken alt bölgesi soğuk olur, elleri bazen sıcak bazen soğuk olur, başı sıcak ve ayakları soğuk olur, bunların tedavisiyse zordur. Çünkü safranın yeri üst kısımdır, bu nedenle de baş ağrıları meydana getirir ve bu baş ağrıları öncelikle başın ön tarafından başlar ve sıcaklık süresince, sıcak tabiatlı koku kullanırken ve sıcak yemek yerken artış gösterir. Sirke, yoğurt, limon suyu, soğuk duş, soğuk tabiatlı gıdalar ve bunun gibi etkenler ise sakinleştirir.

Ayakları soğuk olup baş bölgesi sıcak olan birisi için lokal tedavi uygulanır. Kimisi diyor ki safra için bahsettiğiniz alametlerden bazıları bana uyuyor. Bu gibi durumlarda herhangi bir organın mizacı değişmiş olabilir öyle ki beden sıcakken baş sıcaktır ve tüm beden soğuksa baş soğuktur ve genelde safra mizaçlılarda durum böyledir. Şimdi sıra ayakları sıcak etmekte. Ayakları sıcak etmek istiyorsak tuza koymalı ya da sıcak yemeklerle sıcak etmeliyiz.

Safra damarlarda artarsa; safra kabarcıklarıyla sonuçlanır. Bu kabarcıklar nadir görülen bir tür cilt hastalığıdır. Genellikle el içi ve ayaklarda görülür. Çünkü uç organlardaki safranın artışı, ciltte yağların erimesine neden olur ve deriyi atar. Tedavisiyse, soğukluğun gerekli bölgeye ulaşmasıdır; sirkencübin gibi (akşamları), tedavisi cilt kaşıntısıyla aynıdır.

Safra ciltte artarsa;egzema görülür. Tedavisiyse safra sökücü olan sirkencübindir.

Safra’nın etkenlerinden biri de utanma ve haya etmedir. Safra sıcaklığı üste ilettiği için yüz kızarır.

Kan, yumuşak safrayla olursa duru olur ve uç organlara erişir ve yoğun olursa uç organlara erişmez. Bu nedenle el ve ayakları soğuk olanların kandaki safraları azdır ve diyabetli hastalarda soğukluk tavan yapar, ayakları dizlerine kadar soğuk olabilir. Yara oluştuğu takdirde, tedavi edilmez olur ve o bölgede çıkan tüyler seyrektir, bu tür diyabete soğuk diyabet denir. Diyabet soğuk olursa, tansiyon da soğuk olur ve her türlü sıcak tabiatlı ilaç bu tür hastalar için faydalıdır. Sıcak ilaçlara örnek olarak; ısırgan, zencefil, sirke+bal...

Sirkencübini önermemizin sebebi, hem sıcak hem de soğuk oluşu. Bundan ötürü, balgam ya da safra olanlara verilebilir.

Safra sindirim sisteminde olursa,susuzluğu tetikler, ve ekşi şeylere eğilim artar. Eğer safra normal sınırı aşarsa karın ağrısı görülür ki acil tedavisi ekşi şeyler, sirke ve sudur. Ve bağırsaklarda sıcak ishal görülür, kazmaklı pilav ve yoğurtla ishal hallolur.

Eğer safra karaciğerdebalgamla birleşirse ve kristal yapı kazanırsa, yeşil renkli bir maddeye dönüşür, bu safra duru olması gerekirken ve tüm bedene dağılması gerekirken, şimdiyse yoğun oldu ve bir tabaka halinde karaciğeri sardı ve yumurtanın sarısı gibi oldu ve kristal hal aldı, yumurtayı yere attığında yerde dallanmış görüntüsü vermesi gibi oldu, bu dallar safra kesesi kanallarını tıkar ve bu da

karaciğer kanserinin başlangıcı demek oluyor. Hasta, ateş gibi yandığını söylerken el ve ayakları buz gibidir. Çünkü sıcaklığa sebep olan eriyik (akıcı) safraydı ve o da depo edildi ve depo edilen safra o kısmı yakar. Bundan dolayı, bu tür kişilerde, yemek yediklerinde yeşil renkli kötü kokulu kusma görülür ve bu kusma ne kadar çok olursa sıcaklığa bir o kadar yakın olur, tedavisinde sirkencübini fazla veriririz, yavaş yavaş yumuşatır ve pıhtıyı eritir. Ek tedavisiyse lokal karaciğer hacamatıdır.

Eğer bu safra midede baş gösterirse;boşaltma gücü fazla olur ve kişi yanma hissi duyar ve mide bulantısı görülür. Bu bulantı sıcak olup geğirme olmaz, ağız acıdır. Soğuk bulantıda geğirme görülür, ağız tadı tatsızdır. Midede bulunan aşırı safra kusma yoluyla çıkarılabilir. Bu durumda sirke miktarını arttırabiliriz. (İki ölçek bal ve iki ölçek sirke). Böylece safrayı mümkün mertebe eritip seyreltsin ve çıkarılabilir duruma getirsin.

Eğer mide ve karaciğerde sıcaklık normal sınırından fazlaysa ara ilacı (nane), sirkencübinde biraz seyreltik edip ölçüsünü azaltabiliriz ve hindiba ya da şahtere eklenilebilir.

Eğer sıcaklık kaşıntıya sebebiyet verecek hale gelmişse, sivilce ve uykusuzluk ve aşırı susuzluk varsa yani sıcaklık haddinden fazladır, üstteki karışım verilebilir.

Safra beyinde artış gösterirse;hızlı hareketler gözlemlenir ve beyindeki rutubet ne kadar az olursa baş hafif olur.

Mizacı safra olanların özellikleri şöyledir:

Hızlı konuşma, zekilik (safra olanlarda görülen zekilik, haşarı zekiliktir ve kesik kesik seçer ve bir konu üzerine sonuna kadar odaklanmaz, odaklanmaya tahammülü dahi yoktur.), az uyur, sebatsız, çabuk anlar, periyodik ve yüksek arzu, vadeleri büyüktür, olmayacak fikirleri vardır, başın ön kısmındaki saçlar dökülür ve böyle bir durumda tedavi, yirmi sekiz yaş öncesi yapılması gereken baş hacamatıdır, saçın yağlanmasıysa deri altındaki safranın artmasından dolayıdır, tedavisiyse sirke ve sedir pomadı bileşimidir.

Safranın boşalmasından kaynaklı baş ağrısında sebatsızlık, ağlama ve kendine vurma görülür, bu durum kan şekerinin düşmesinden kaynaklanır, böyle bir durumda bal ya da sirkencübin verilir.

Baştaki toplanmış safranın dağılması için eski spora benzer ‘dönme’ ve yürüyüş iyidir.

Uyarı: Safra olanların sabır ve tahammüllerinin artması için marul iyidir.

Kuruluk ne kadar çok olursa, idrak ve anlama daha hızlı olur ama ezber yeteneği zayıftır, ezber için sıcaklık ve rutubet birlikte olmalıdır, bal şerbeti gibi

Soğukluğun ve sıcaklığın terkibinden ayrı iki unsur meydana gelir; sıcak ve nem, soğuk ve kuru.

Safra'nın Özellikleri

1. Bazen matematiğe bazen de edebiyata ilgi duyarlar

2. Kötü ahlaklı ve kaba olabilirler

3. Sonbaharı ve kışı severler

4. Bazen aşık olur bazen ilgisiz

5. Bazen iradeli bazen rahat

6. Bazen enerjik bazen tembel

7. Maneviyata eğilimlidir (periyodik)

8. Hızlı, sivri ve sebatsız

9. Bazen cüretkar bazen sakin

10. Kavgacı

11. İki gönüllü ve huzursuz

12. Başkalarını incitebilir

13. Bazı durumlarda keskin görüşlü ve titiz olabilirler

14. Usullere bağlıdır, düzenli ve hassas

15. İleri görüşlü ve bazen hayalperest ve karar alma konusunda titiz davranırlar

16. Hazır cevap ve zeki

17. Bazen cömert

18. Cinsel eğilimi yüksek olup cinsel gücü değişkendir

19. Atik ve canlı

20. Geveze

Balgam ve Suyun Özellikleri

Balgamın mizacı soğuk ve yaştır, karşılığıysa sudur. Yeryüzünün dörtte üçü sudur ve hücrenin de dörtte üçü sudur. Balgam, bir kademe demden ağırdır, bu yüzden safranın aksine daha çok alt ekstremiteyi kaplar. Zira safra bedenin üst kısmında yerleşiktir, sebep olduğu hastalıklarda üst kısımda görülür; sarılık gibi.

Bedende en çok yeri su kaplar ve toprağa nüfuzu yavaştır. Suyun hareketi geri ve aşağı doğrudur, bu yüzden balgam olan biri, hep eski anılarını hatırlar. Su, ince ufak yerlere nüfuz ettiğinden ötürü, balgam olan biri de ince görüşlü ve dakiktir. Suyu üst kısımlara hareket ettirmek istiyorsak, ısıtmamız gerekir, ne kadar ısıtırsak, yukarı çıkma eğilimi artar ve ileri görüşlü olur ve geleceğe ümitli olur, geçmişe dönük olmaktan vazgeçer ama söz konusu hararet devamlı olması gerekir, bu durum hava soğuduğunda havadaki rutubetin dibe çöküp ince su damlacıklarının aleni olmasına benzer. O halde balgam biri pozitif düşünceli olmak isterse; yemeği, çevresi ve kıyafeti sıcak olmalıdır.

Balgam bir tabaka altta yer alır ki kırmızılığı düşüktür ama rutubeti fazladır, yoğunluğu fazla, sıcaklığı az, soğukluğu fazla, ağırlığı fazladır. Nasıl ki su, yeryüzünde çoğu yeri kaplıyorsa, bedende de çoğu yeri kaplar. Suya ısı verirsek havaya dönüşür, balgama da ısı verirsek kana dönüşür. Beyaz tenli biri spor yaptığında ya da yürüyüş yaptığında yüzü kızarır. Aynı kişiye masaj yapılırsa aynı bölgenin rengi kırmızı olur, sıcak tabiatlı yağ sürülürse, balgam sıcaklığın etkisiyle pişer ve kana dönüşür ve yemek

de böyledir. Balgam olan birine kupa çekme yöntemi uygulanırsa, yedi seanstan sonra kanın bileşenleri değişir ve kanı artar.

Eğer suya soğukluk eklenirse, su genişler ve bu cihetle bedendeki soğukluğu fazla olan kişiler daha kilolu olurlar. Bu yüzden zayıf ve ince yapılı biri yaş geçtikçe bedeni biraz forma girer, su akıcı olduğu sürece, hızlı ve olağanüstü dolaşım gösterir, tüm gücüyle saldırır, tıpkı dalganın hücum edip öne doğru gelmesi gibi. Kayanın direnç gösterdiğini görürse, aynı kuvvetle geri döner, bu yüzden balgam olanlarda hamle yatkınlığı, aşırı homurdanma ve palavra görülür, elbette bu durum karşısında durup durmadığına bağlı eğer karşısında dikilirsen hemen durulur.

Şiire, edebiyata, felsefeye, yaratıcılık ve üretkenliğe yatkınlık dem mizaçlılarda görülür. Matematik, ince hesaplar ve teknik konular balgam olanlara özgüdür, bundan dolayı kadın şairler az rastlanır, çünkü kadınların çoğu balgam mizaçlıdırlar. Soğukluk ne kadar fazla olursa, olumsuz düşünme o kadar çok olur, egoist, olumsuz düşüncelilik, kaybetme ihtimali, başarısızlık ve ihanet balgamlılarda olur çünkü su geri ve aşağı doğrudur. Bu negatif düşüncelilik, hal ve hareketlerine de yansır, örneğin çocuk eve geç geldi diyelim, direkt negatif olasılıkları akla getirir; dem olan biri arkadaşlarını ararken balgam olan biri hastane ve polisi arar, çünkü demlerin beyni sıcakken balgamların beyni soğuk olur, karar alma hususunda bile hep çelişirler.

Balgam olan kişiler, alıngan ve yorgun olurlar, aşırı uyurlar, ellerine dokunursan soğuk olduğunu göreceksin. Balgam kişiler, sese karşı hassas değildir, çünkü balgamlarda olan rutubet sese karşı hassas olmalarına izin vermez. O halde, sese karşı hassasiyetinin az olmasını isteyen biri beyindeki rutubeti arttırmalıdır. Sese karşı hassas olma, beynin kuru oluşunun delilidir.

Suyun hareketi aşağı doğrudur ve dikkati ateşe göre daha fazladır, buna göre balgam olanların dikkati daha fazladır, 'Derinleşme' rutubet dolayısıyla balgam olanlara özgüdür, kesin kararlılık safra olanlara özgüdür çünkü kuruluk bulunur, bu ikisiyse dem olanlarda bulunur.

Uyarı: Bedendeki sıcaklığın ve soğuklun ölçüsü, tüylerin dağılımı ve damarın belirginliğine bağlıdır, yani eğer böyle olursa sıcak mizaçlı olduğunu gösterir.

Beden ya da yüz normalden fazla şişerse, aşırı soğukluk var demektir.

Balgam olanların tansiyonu, soğuk tansiyondur ve kan şekeri düşmesine yatkındırlar ve balgamlarda görülen diyabetse soğuk diyabettir ve bulantılı soğuk bağ ağrısına yatkındırlar.

Kokuşuk (müteaffin) balgam midede olursa ve ilacın emilimine izin vermezse, hasta balgamın atılması için önce kusmalı sonra mide ilacını kullanmalıdır.

En şiddetli balgam ağrıları, terleme yoluyla yok olur ve terleme araçları olmazsa sıcak kupa çekme uygulanır.

Gençlikte görülen saç beyazlaması, aşırı balgamdan kaynaklanır.

Midede yanma hissinin nedeni, balgamın mide duvarında çökelmesi ve yuva etmesindendir ki o bölgede yara oluşturmuştur. Su, çorba ya da soğuk şeyler tüketen birisinde yanma hissi artar, artma devam ederse ülsere yol açar, kişi yine dondurma, (soğuk ve sıcak birlikte), salam ve sosis yiyerek yarayı bezeye çevirir ve sonunda mide kanserine dönüşür. Midede yerleşen anormal olan bu balgamın dışarı atılmasının yöntemi şudur: Önce yemek yer, sonra kusma yoluyla dışarı çıkarır, ardından şu ilacı kullanır:

Bir çay kaşığı sinirli ot + bir bardak nane ekstresi.

On dakika kaynatılır ve biraz soğuduğunda bir yemek kaşığı bal ilave edilir ve içilir.

Uyarı: Kusma, genellikle ağır yemek yedikten sonra görülür.

Mizacını Tanı Kitabı (Dördüncü Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Dördüncü Bölüm)

13 Ekim 2017

Üstadın İlginç Bir Anısı

Yahudi biri, oğlunu İran'da tedavi ettiğim için, beni Dubai'ye çağırdı. Beş yaşlarında bir çocuğu vardı ve beş yıldır yemek yiyeyemediğini söylüyordu. Çocuk serumla yaşıyordu. Babası, oğlunu tedavi edip edemeyeceğimi sordu, ben de olumlu yanıt verdim. Bana Dubai'ye gelmem için gidiş dönüş uçak biletlerini karşılayacağını belirtti. Ülkemize gel, diyordu. Ben de gelemeyeceğimi kendisinin buraya İran'a gelmesini dedim. Nihayetinde, kendileri İran'a geldiler. Çocuğu görünce, midesinin soğuk olduğunu anladım. Kusmanın da olması, midesinin soğuk olduğunun göstergesiydi ve 'sıcaklık' onun ilacıydı. Bu yüzden ona şu reçeteyi yazdım: Bir bal kaşığı sinirli ot tohumuna ilave olarak bir bardak nane ekstresi, on dakika kaynatılacak ve soğuduğunda bal ilave edilip içilecek. Dedi ki: Bu kadar mı? Ben de, sadece bu kadar olduğunu söyledim. O kadar yol kat ettik geldik, tedavisi sadece bu mu? Ona, tedavisinin sadece bu olduğunu yineledim. İran'da kalmak için kaç günlüğüne vize almamız gerektiğini sordu, kırk günün yeterli olacağını ama iki hafta içinde iyileşeceğini belirttim. Yabancı olduğu için bir hafta sonra gelmelerini söyledim. Çünkü hastalarımı kırk günden kırk güne kontrol ediyorum. Özetle, bir hafta sonra geldiler, çocuğa yemesi için kek ikram edildi, keki yedi ve bir daha kusmadı, Yahudi adam çığlık atıyordu, ağlıyordu, 'He is eating.' diyordu.

Rutubet olmazsa, kavrama (fehm) da olmaz ama dikkatsizlik hararetten ötürüdür. İntihar olayı, balgam olanlarda görülür, çünkü soğukturlar ve soğuk olunca, olumsuz düşünceler zihinde belirir. Zeka, safra olanlarda daha çokken 'diretme' balgamlarda daha sıktır. Balgam normal sınırını aşarsa, kişi 'geri zekalı' olur, o halde 'anlama hızı' balgam olanlarda yavaştır.

Balgam olan birinde ileri zekalılık görülmez, 'çok zekalılık' görülebilir. Konuyu her açıdan ele alırlar, derinlemesine düşünür, saç teli ince, saç ve tüylerin dağılımı azdır; çocuğun bedeni gibi. Çünkü çocuğun beden rutubeti fazladır, bu yüzden saç ve tüylerin dağılımı safra derecesindedir ve hatta çocuğun baş bölgesinde rutubet fazla olursa, çocuk kel dünyaya gelir. Eğer balgam haddinden fazla olursa, zeka ve idrakte azalma görülür, eğer daha da fazla olursa, aptal olurlar, 'hamakat' oluşur.

Önemli Nokta: Şu an kendi toplumumuzda kavrama, idrak ve zeka düzeyi yüzde otuz gerilemiştir, nedeniyse 'soğuk tabiatlı gıdalar yemede aşırıya kaçma'.

Gözü döndürme, balgam dolayısıyladır. Balgam göz içinde kristalize olursa 'görme bozukluğu' oluşur. Balgam burunda artarsa, 'koku alma bozukluğu' görülür.

Uyarı: Tüylerin dağılımı, ince ve kalın telli saçlar, saçın rengi, kuruluğu, düz oluşu genel olarak 'ölçü ve kriter' kabul edilir.

Düz saçlar, baş bölgesinde rutubetin fazla olduğunu gösterir. Saçların kuru oluşuysa kuruluğun yüksek olduğunu gösterir. Eğer kalınsa, hem rutubetin hem de hararetin yüksek olduğu anlamına gelir. Yağlı saçlar, deri altı hararetin yüksek olduğunun göstergesidir ve söz konusu hararet yağları eritip dışa aktarır, kepek de böyledir, hararet daha fazla ilerlerse, saç köklerini yakarak saç dökülmesiyle sonuçlanır.

Daima, bedende hazme uğramamış bir miktar kan bulunur. Bu kan, bütün bedene yayılmış vaziyettedir ve hareketle kana dönüşür. Bu kana 'birikim kanı' denir ki hassas durumlarda insana yardımcı olması için Allah mukadder eylemiştir. Balgam, kanla eşit ve özdeştir, tüm bedene yayılmıştır, balgamın görevi 'soğuk organların' yapımıdır, buna sinirler, koruyucu (muhafız) yağlar ve beyin örnek verilebilir.

(ÇN: Koruyucu yağlardan kasıt büyük olasılıkla, vücudu mekanik dış etkilere karşı koruyan 'yağ dokusu' oluyor.)

Balgamın çoğalması demek, rutubet ve soğukluğun artışı demek. Balgamın çoğalmasıyla meydana gelen ilk olay 'hacim değişimi'. Tıpkı suyun donması gibi. Bu yüzden hacmi artar, yani şişer ve

uzuvlarda titreme ve üşüme görülür. O halde soğuk tabiatlı gıdalar, kilo aldırıcı niteliğe sahiptir, sıcak tabiatlı gıdalar değil. Soğuk mizaçlı olanlar kiloluyken sıcak mizaçlı kimseler zayıftır. Soğukluk ne kadar artarsa kilo da aynı oranda artacaktır. Ağız ve burun küçük olurken, gözler iri olur, baş küçük, yanaklar ve omuzlar topludur. Mavi gözlüler soğukturlar. Şöyle ki göz ne kadar soğuk olursa bir o kadar da açık tonlu olur ve ne kadar sıcak olursa bir o kadar koyu tonlu olur. Yaşanılan bölge ne kadar soğuk olursa, mavi gözlü sayısı bir o kadar sık görülür, damarların dağılımı azdır, cinsel güç orta derecede, cinsel eğilim az, bilgiyi ezber gücü fazladır, negatiftirler, esnektirler, fikirlerinde sebatsızdırlar, nabız aralıklı ve güçsüzdür, unutkanlık görülür, solgun dudaklar gibi özellikler bu kişiler için sıralanabilir.

Balgamı Artıran Şeyler

Soğuk çevre, soğuk gıda, utanç verici alan, gam, kin, haset, hırs, teaffün (kokuşmuş) koku, yalnızlık, hareketsizlik, durağanlık, negatif dostlar.

Uyarı: Soğuk olan yerlerde, bağışıklık sistemi zayıflar.

Kaygan yapışkansı balgam ciltte olursa, Vitiligo görülür. Öyle ki gam, cilt ve saçlarda beyazlığa yol açarken ayrıca Vitiligo (halk arasında Ala olarak geçer) hastalığına da neden olur.

Küçük bir şeyi suya atttığınızı düşünün, anında dalgalanmayı göreceksinizdir. Balgam olanlar da böyledir, alıngandırlar. Zarar görme olasığı yüksektir. Bu yüzden balgam olan biri, işaretleri anlar ve su gibidir, donduğunda herhangi bir tepki vermez, üzerine alınmaz. Depresyona girenler de böyledir, bazen bir köşeye çekilip yarım saat öylece otururken hatta göz bile kırpmazlar, tepki göstermeleri için sıcak tabiatlı gıdalar çok vermek gerekir. İlk önce olumsuz bir tepki verirlerken sonrasında sıcaklık arttığı için olumlu tepki gösterirler.

Tıkanıklık ve birikmeye ‘soğuk kriz’ denilir ve bu soğuk kriz elde olursa, el uyuşması görülür. Eğer başta olursa; baş dönmesi, anlama ve idrak zayıflığı meydana gelir. Kalpte olursa, kalp yetersizliği görülür. Bedenin herhangi bölgesinde olursa, hissizlik ve tepkisizlik görülür, bundan ötürü çok hareketli ve hiperaktif olanların sakinleşmesi için soğuk şeyler verilir.

Balgam bedende artarsa;tüm vücuda yayılan ‘soğuk terleme’ görülür. Cilt yumuşaktır, aşırı derecede soğuk terleme vardır, el ve ayak içi terlidir, aşırı uyku, yüz ve vücut şişkinliği, çabuk yorulma, soğuk havaların rahatsız edici olması, sıcaklığa ilgi, damarların belirsiz oluşu gibi özellikler balgamın artışının belirtilerindendir.

Eğer balgamda artış devam ederse, kas ağrılarına neden olur. Periyodik ağrılar görülür, bazen bel ağrısı, bazen ayak ağrısı bazen de dizlerde ağrı görülebilir. Çünkü balgam periyodik olup akış halindedir.

Balgam eklemlerde artış gösterirse; şişkinlik oluşur, sonuç itibariyle Artroz'a yol açar. Boyun artrozu genellikle şişkinlikle birlikte görülür ve soğukluk çağında (otuz beş yaş) ortaya çıkar.

Omurgada görülen soğukluk, romatizmaya karşılık gelir. Fazla rutubet ve soğukluğun etkisi sonucu oluşur. Eklemler kuru olursa, aşınma görülür.

Soğukluk beyinde artarsa;kişi bir noktaya dalıp gider ve hareket etmez. Ne sorumluluk kabul eder ne de herhangi bir tepki gösterir. Böyle biri kelimeleri doğru telaffuz edemez ve eğer daha da artarsa ağız ve göz açık kalır, iç bölgede de böyledir; kalp kapakçığı açıldığında soğukluğun etkisiyle kapanamaz hale gelir, bunun sonucunda da kalp kapakçığı gevşekliği ortaya çıkar.

Balgam sindirim sisteminde artarsa;iştah artar ve karın bölgesi büyür.

Uyarı: Diyete başlamak isteyen biri, önce midesini sıcak etmelidir.

Önemli Nokta: Tedavi, yavaş ilerlemelidir.

Midede soğukluk artarsa;önce geğirme sonra geç sindirme sonra mide gazı sonra da kusma görülür. Çünkü balgam, midede aşırı derecededir, mide de soğuduğunda yemek sindirilemez ve gaz yapar ve bu da kötü ağız kokusuna yol açar. Çocuklarda mide soğukluğu olursa, üzüm pekmeziyle sıcak edilebilir ve midenin soğuk oluşu çocuklarda konuşma bozukluğuna neden olabilir.

Sindirimin Aşamaları:

İlk sindirim ağızda başlar

İkinci sindirim; mide ağzında

Üçüncü sindirim; midede

Dördüncü sindirim; karaciğerde

Beşinci sindirim; damarlarda

Soğukluk bağırsaklarda olursa;'istemsiz boşaltım' görülür, bu durum yaşlılık döneminde sık rastlanır, zira kişi soğukluk dönemine erişmiştir. Eğer bu soğukluk, idrar kesesinde olursa, 'istemsiz idrar kaçırma' görülür ve kişi sürekli tuvalet ihtiyacı duyar. Şiddetli ağlama ve gülmelerde idrarını kaçırabilir, eğer söz konusu soğukluk çocukluk çağında olursa, 'gece idrar kaçırma' görülür, sabahları da aynı durum gözlemlenir. Soğukluk bağırsaklarda olursa, öncelikle gaz çıkar ve bir sonraki merhaledeyse soğuk kabızlık görülür. Tedavisi; aloe vera salatası. Bir diğer aşamada gazla birlikte soğuk ishal görülür. Normalde bu tür ishaller enfeksiyöz (bulaşıcı) olur, çünkü soğukluk bulunur, en son aşamadaysa kolera ishali görülür ki atıkları hızla dışarı atar.

Uyarı: Kimisinde soğuk kabızlık görülürken kimisinde soğuk ishal görülür.

Sıcak ishal, atık maddenin sulu olduğu ve makat bölgesinde yanma hissi görülen ishale denir. Sıcak ishal, kanlı ishale zemin hazırlar. Tedavisi; kazmaklı pilav + yoğurt.

Uyarı: Sebzelerin koleraya yol açmasından endişe duyuyorsanız, sebzeleri tuzlu suyla ya da sirkeli suyla yıkayın.

Mesane ağzındaki kasılmayı safra sağlar, mesane ağzının toparlanabilirliğini sağlamak için safra miktarını artırmalıyız.

Bir organda rutubet artarsa, o organda büyüme görülür ve tıkanıklığa sebep olur, bundan dolayı beze, sıcak şeyler alındığında küçülür soğuk şeylerle büyür.

Soğukluk, cinsel organda olursa; ihtilamda çokluk ve istemsiz cinsel sıvı görülür. Soğukluk artmaya devam ederse, erken boşalma görülür. Eğer artış daha da ilerlerse, kesintisiz cinsel yanma ve kas zayıflaması (atrofi) olur.

Önemli Nokta: Sarkık yanak, sarkık göğüs demektir, sarkık göğüs cinsel organın sarkık oluşu demektir. Soğukluk görülürse, göğüs yumuşak olur ve bu da cinsel organın soğukluğu demek oluyor ki geç orgazma kapı aralar, kadınlarda rahim soğukluğuna sebep olur ve soğukluk ne kadar artarsa, cinsel güçte zayıflama başlar ve netice itibariyle kısırlığa kadar gider.

Soğukluk kadınlarda erkeklere göre daha fazla görülür. Cinsel isteği uyandırıcı beze kadınlarda göğüs kısmındayken erkeklerde bel kısmındadır, bu yüzden kadınlarda tahrik daha geç gerçekleşir, tahrik bezesinin daha çabuk rahime ulaşması için kadının erkeğe göre daha sıcak olması gerekir. Tahrik olduğunda ve hareket etmediğinde birikir yani kristalize balgama dönüşür ve sonra kurur ve kiste dönüşür ve o da kansere dönüşür, öyleyse meme kanserinin sebebi, tahrikin tekrarı ve tam boşalmamadır.

Uyarı: Erkeklerde sıcaklığın belirtisi, testislerin doluluğuyken kadınlardaysa göğüslerin dolgunluğudur.

Madde 1: Balgamın nüfuz ettiği yerler genellikle mide, eklemler ve sinüslerdir.

Madde 2: Üzerlik tohumu, midede, sindirimde, kaslarda ve eklemlerde nüfuz eden soğuk ağrılar için iyidir. Balgamı ve sevdayı eritir ve tedaviye yanıt verme hızı çok yüksektir (kırk gece) ve her akşam bir yemek kaşığı miktarınca üzerlik tohumu, suyla birlikte yutma suretiyle yapılmalıdır ve kesinlikle çiğnenmemelidir.

Anormal Balgam Salgısı Hastalıkları

Artroz, romatizma (çökelmenin çok olduğu durumlarda), yaygın ağrı, soğuk tansiyon, baş ağrısı, eklem ağrısı ve grip (influenza).

Balgamın Belirtileri

1. Akli ilimlere ve matematiğe eğilim

2. Hesaplı ve tedbirli

3. Kış ve bahar aylarında kötü olurlar

4. Akıllı ve mantıklı

5. Orta halli, temkinli ve bazen korkak

6. Ticarete yatkın

7. Sakin, münzevi ve yavaş hareket ederler

8. Geçmişe takılıp kalır

9. Zarif, detaycı ve hassas

10. Titiz ve düzenli

11. Depresyona yakalanmaya yatkındırlar

12. Riskleri göze almazlar

13. Uyumlu, başkalarının etkisi altında kalır ve iradesiz olurlar

14. İçe dönük, kendi kendini yeme ve olumsuz insan

15. Sevgiye muhtaçtır

16. Kindar

17. Unutkan ve geç kavrar

18. Öğrenmeye ilgisizdir

19. Cinsel istek ve cinsel güç düşüktür

20. Çoğu meselelerde kayıtsız ve umursamazdırlar

Sevda ve Toprağın Özellikleri

Sevdanın mizacı kuru ve soğuktur ve karşılığı topraktır. Sevda sağlamdır ancak esnek değildir. Ateş ya da su aracılığıyla esneklik kazandırabiliriz. Sevda mizaçlı birisi için durum değişikliği oluşması açısından suyun nüfuz, sabır ve tahammülüne sahip olmalıyız ve sürekli çokça sıcaklık vermeliyiz. Su ve fazla sıcaklık, süreksiz olursa toprak üzerinde etkili olmaz ve kırılganlığa (telafisiz ağrı) sebep olur, bu yüzden sevdanın erimesi zaman alır. Sevdanın dilinden balgam olan ve biraz da kan olanlar iyi anlar, çünkü balgam olan sudur, kansa suyla birlikte sıcaklıktır, böylelikle toprak olan sevda üzerinde etkili olur.

Toprak, egoisttir, havanın bir şeyi yerden aldığını farz edin, hava sakinleşince (alınan şey) tekrar yere geri döner. Sevda olan biri, emanetçi ve cimridir, öyle ki başka biri bağışta bulunsa kendisi rahatsız olur. Bir şeye hüküm vermede, zor ve kararlıdır, hem kendine karşı hem de başkalarına karşı. Bir konuyu farklı açılardan ele alır. İş bulma imkanı olan alanlara yönelirler. Kaç kez sevda mizaçlı kişilere hediye vermiştik, geri gönderdiler, halbuki kan mizaçlı birisine bir gül dalı dahi versen, her zaman aklında kalır ve bazen yanında bir şiir bile yazar.

Bedende sevdanın artışının belirtileri:Baş küçük, yüz azaları küçük, saçlar kıvırcık, cilt tonu koyu, damar ince ve belirgin, dokunduğunda soğuk, nabız tiz ve düşük yükseklikte ardışık şekildedir, tuzlu sever, uykusu hafif ve azdır, çabuk susar ve acıkır, sesleri çabuk anlar, cinsel konuda erken eğilim gösterir ve erken boşalma görülür, delil ehli, ortamdan etkilenmez, inancı noktasında ısrarcıdır, hafızası iyidir, emanetçi.

Uyarı: Kuruntu, beynin kuru olması dolayısıyladır.

Cep telefonu, beyni kuru etmede en iyi araçtır, özellikle de sevda olanlar için.

Kanın alt kısmı, kaygansı kırmızı renkte olup birbirine yapışıktır, rengi o kadar kırmızıdır ki siyahı andırır, bu yüzden buna sevda denir. Sevda, tam olarak'yanmış kaygansı hılt (salgı)' şeklinde ifade edilebilir. Bedende yayılmış haldedir ve rengi koyudur. Tıpkı şöyle ki kanı iki renk olarak biçimlendirmişler de bir rengi kırmızı diğer rengi kahverengi şeklinde kanda dağılmış durumdadır. Kişi sakinleştiğinde, uç kısımlarda çökelir. Sevda bedende normal sınırı geçerse, dalakta depo edilir.

Buna müteakiben, vücutta özel konumu olan iki mizaç vardır:

1. Fazla safra, safra kesesinde

2. Fazla sevda, dalakta

Vücutta özel bir konumu olmayan iki mizaçsa şöyledir:

1. Kan

2. Balgam

Sevda, vücudun sağlam organları sağlamada gereklidir. Örnek olarak; kemik, eklemler, diş ve saç verilebilir.

Sevdayı esnek hale getirme noktasında, safra ve balgam ile mümkündür. Safra tek başına kırılgandır, balgamsa tek başına yumuşatır ancak hareket sağlamaz zira akışkanlık, safranın işidir. Farz edelim ki insan 49 cc kana, 49 cc balgama, 1 cc sevdaya ve 1 cc safraya gereksinim duyar ve sevda eğer 1 cc'yi geçerse kuruluk ve soğukluk artar ve sıcaklık ve rutubet azalır, rutubet bedende azaldığında beden zayıflar, cilt kuru olur ve bedende kırışıklık görülür, rutubetin az oluşu soğuklukla beraber olduğundan cilt renginin canlılığını ve tazeliğini alıp götürür ve renk siyaha çalar.

Sevda ciltte ortaya çıkarsa;ilk belirtisi saçta kendini gösterir. Saçlar kuru ve kıvrım kıvrım olur ve ince kıvırlar yapar. Kıvırcık saçlar, mizacı teşhis etmede bir kriterdir, safra olanların da saçları kıvrım kıvrımdır ama balgam olanlar öyle değil. Davranışlarında, pinti ve ciddi kimselerdir.

Sevda olanlar kel olmaz, kadınlarda kellik görülürse, sebebi soğukluğun şiddetindendir. Kaşlarda dahi dökülme görülebilir. Literatürde 'Daüsseleb' 'Alopesi' olarak geçer. Buna göre, erkeklerde iki tür saç dökülmesi görülür; ilki sıcaklığın şiddetinden (demevi) ve diğeriyse soğukluğun şiddetinden kaynaklanır (balgami).

Sevda mizaçlı kimselerde görülen saç dökülmesi kapsayıcı olmayıp sadece saçta seyrelme görülür, böyle olduğu takdirde, soğukluğun şiddeti, sevda olan bu şahısta fazladır, tedavisiyse sıcaklıktır.

Uyarı: Çörek otu yağı, herkes için uygundur. Kadınlarda görülen saç dökülmesi için uygunken erkekler için zarar teşkil eder, zira erkeklerde görülen saç dökülmesi tür bakımından sıcaklık nedeniyledir.

Sevda mizaçlılarda, vücut tüylerinin dağılımı azdır, göğüsler erkeklerde de kadınlarda da dik değildir, kol kemiği, uyluk ve göğüs kemikleri düz ve incedir, baş orta boyutlu olup küçük olmaya eğilimlidir, karaciğer ve kalp hararetleri düşük olduğundan burunları küçüktür.

Sevda kanda artarsa; orta kısımlarda çökelir ve egzemaya neden olur. Bu tür egzema safranın doruk noktaya çıkmasından kaynaklı egzemayla fark eder ve kuru şeyler yeme suretiyle oluşur. Sıcak soğuk oluşuna bakılmaksızın, kişi patlıcan yediğinde bedende kaşıntı yapar hakeza zencefilde de aynı durum söz konusudur.

Egzemadaki kuruluk şiddeti o dereceye varır ki çatlaklık görülebilir. Sakinleşebilmesi için de kanayana kadar kaşıması gerekir, kan çıktığındaysa da sakinleşmiş olur, çünkü nemlenir.

Kaşıntının kökeni, nemin azlığındandır, öyle ki banyo yapıldığında üç ile dört saat kadar kaşıntı görülmez ya da kuzey bölgelere gidilirse de kaşıntı durabilir, nem soluma yoluyla akciğerlere erişebilir ve vücudu nemlendirir.

Büyüme katsayısı, kızlarda 12 – 14 yaş arası artar, zira vücut nemi artar ve 14 – 21 yaş arası, sıcaklık ve nem azalır ancak 'sıcaklığa bağlı tepkiler' devam eder, öyle ki dağ yürüyüşü yapmayı arzular; bu şu demek oluyor ki sıcaklıkları bedenden savmaya gerek duyuyor. Sıcak mizaçlı anne ve baba, çocuklarıyla oyun oynar.

Daüssedef hastalığı (Sedef; Psoriasis): Bir çeşit cilt hastalığıdır, vücut kaşındığında deri dökülmeleri görülür, eğer artış devam ederse İktiyozis de denilen 'Balık Pulu Derisi' hastalığına dönüşür, böyle bir durumda beden tıpkı 'sert çuval' gibi olur, bu durum deride sevdanın zirveye ulaştığının belirtisidir, daha çok orta azaları kapsar, yüz bölgesinde seyrek görülür. Genellikle sıcak şeyler üst bölgeyi kapsarken, soğuk şeyler alt bölgeyi kapsar.

Sedef hastalığı ikiye ayrılır, 'sıcak türü' iki üç seans hacamatla hallolur ve bu tür, dem olan kişilerde ortaya çıkar ancak 'soğuk türü' için önce 'soğuk sirkencübinle (bal, hindiba ve sirke)' nemlendirdikten sonra hacamat edilmesi gerekir.

Ciltte görülen sevdanın belirtileri: İlk önce mercimekten ufak kahverengi bir benek yüzde belirir. Sonra göz çevresinde halka oluşur ve zamanla artar ve yüzün etrafını kaplar, sonra elde görülür, önce açık kahverengiyken koyu kahverengiye döner. Göz çevresinde halka olan biri ve bu durum bedende kan dolaşımının yoğun olduğunun belirtisidir, çünkü gözü besleyen damarda sevda çökelmiştir ve ciltte kendini göstermiştir. Bu tür kişilerin Presbiyopi de denilen 'Yakını Görme Bozukluğuna' yakalanma riski yüksektir. Presbiyopi, tam olarak sevdanın gözde çökelmesi demektir.

Bu tür kişiler, gözlerini biraz ovuşturduklarında, gözlerinin çok hafif iyileştiğini hissederler, zira ovuşturma kanın göze ulaşımını daha iyi sağlar.

Not: 5. ve 6. bölümlerde sevda mizacının özellikleri yer alacak. 7. bölümdeyse 'gıda' başlığından devam edeceğiz inşallah.

Mizacını Tanı Kitabı (Beşinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Beşinci Bölüm)

20 Ekim 2017

Cilt Lekelerinden Nasıl Kurtuluruz?

Ciltte oluşan lekelerin sebebi ‘sevda’dır. Tedavisi ise sirkencübindir. Kırışıklık da görülebilir ki bu kırışıklığın iki sebebi vardır, ya kuruluk dolayısıyladır ya da aşırı rutubetten kaynaklanmış da olabilir; kuruluktan kaynaklanmışsa sirkencübin verilir, aşırı rutubet sebep olmuşsa da sirkencübinin bal oranı artırılır, zira bu kırışıklık hormonların dengesinin bozulması dolayısıyladır, tedavisi de ‘Rezene Sirkencübini’dir*, ki bu sirkencübin türü, kadınlarda yanak sarkmasını tedavi ettiği gibi ayrıca kadının vücudunu forma sokar ancak regl döneminde rezene içilmemelidir. Vücudu forma sokan rezenenin hem erkekler hem de kadınlar için alternatifiyse üzümdür, eğer üzüm olmazsa pekmezi eğer üzüm pekmezi de olmazsa kişmiş yararlıdır.

*ÇN: Sirkencübin yapımı ve çeşitleri kitabın ilerleyen bölümlerinde anlatılmıştır.

Sıcak sirkencübin (yani dörtte biri sirke olacak şekilde) de cilt lekelerini giderdiği gibi Presbiyopi ve sevdayı da tedavi eder.

Safranın tedavisi; 3 ile 40 gün ve sonrası

Demin tedavisi; 40 gün ve sonrası

Balgamın tedavisi; 80 gün ve sonrası

Sevdanın tedavisi; 120 gün ve sonrasına kadar sürer.

İlacın kullanımı için en iyi vakit ilk olarak akşam sonra ise sabahtır. (Akşam ile, akşam ezanı ve sonrası kast ediliyor.)

Balgam ve sevda olan hastalarda ilaç kesinlikle akşam alınmalıdır zira bunların mizacı soğuk olduğundan ve akşamın mizacı da soğuk olduğundan, ilacın alımı bu kişiler için o vakitte daha iyidir.

Sevda ağır olduğundan, gövdeden aşağısını genellikle tutar. Eğer büyük damarlarda çökelirse, baldırda varise dönüşür, ince varislerden başlayıp büyük ve koyu çıkıntılı varislere kadar görülür. Testislerde de varis görülebilir, hatta bu varis darbe sonucu oluşursa, bu darbenin etkisiyle damar yırtılması, kanın çökelmesi ve sonuç itibariyle sevda ve varis oluşur.

Eğer sevda parmak gibi uç organlarda çökelirse;Buerger Hastalığı görülür, bu hastalıkta parmak siyahlaşır ve bu siyahlaşma ilerler, ilerlemesiyle de yukarı çıkar, tedavisi ise sirkencübindir ve genel hacamat, sakral hacamatı, baldır hacamatı, topuk ile malleol arası hacamat yapılır ve hemen ardından sülük atılır zira sülükte bir enjeksiyon ve bir emme bulunur ve enjeksiyonla, kan seyrelir ve bu yolla da parmağın kesilmesine engel olunabilir. Eğer hasta sigara içen biriyse, böyle bir durumda, yaygın sevdayı önlemek için sigarayı bırakmasıyla hasta ölür yani sigarayı bırakmaması gerekir.

Sigara dönemsel sıcaklık yaptığından, sevda ve balgam mizaçlı biri sigara içmek ister. Bir sigara on beş ile yirmi dakika arası başı sıcak eder ondan sonra şahıs tekrar sigara içme isteği duyar. Efkarlanan kişiler, sigara içerler zira gam, soğuktur ve sigara dumanıysa sıcaklık yapar, bu yüzden sakinleşirler.

Sigara içmek isteniyorsa, zeytin yaprağı kullanılabilir, zira zeytin yaprağı, güzel kokulu, sıcak tabiatlı ve akciğerlere faydalıdır.

Uyarı: Afyon, sevda yapar, bu yüzden demevi mizaçlar afyon kullanımayı severler, balgam olanlarsa afyona yanaşmazlar bile, bundan dolayı kadınlarda bağımlı olma az rastlanır veya yarıda bırakırlar.

Sevda bir travma sonucu görülürse; örnek olarak, karda mahsur kalan birisinin ayağının donması gibi, ayak donduğunda sevda oluşur ve siyahlaşır, modern tıpta tedavisi 'kesmek'tir ama İslam tıbbında üstteki yöntemle tedavi edilir.

Ben kesilecek olan siyahlaşmış ayağı tedavi ettim. Siyah yerler için kırk üç tane sülük attım ve hastanın doktoru beni şikayet etti, sonunda hapsi boyladık.

Eğer sevda bağırsakta ve bağırsağın son kısımlarında belirirse; Hemoroid (Basur) ile sonuçlanır. İç hemoroid, bir tür sevdadır ve sevda çökelirse tümöre dönüşür, bu tümörü sebep olduğu sonuçlardan anlayabiliriz, sindirimde boşaltım halindeyken sevda olmalıdır.

Hemoroid (Basur) Tedavisi: Öncelikle bağırsaklar aşağıdaki karışımla sıcak edilir:

1 bal kaşığı sinirli ot tohumu, 1 bardak gül suyunda on dakika süresince kaynatılacak. Ilındıktan sonra bal ilave edilir. Kırk gün boyunca her akşam bir bardak içilir. Karışım uygulanmasına rağmen basur devam ederse, 'Sakral hacamatı' uygulanır, yine de geçmezse gerekli bölgeye üç ile beş adet sülük atılır.

Sevda alt organlarda görülürse; kristalize sevdaya dönüşür ki bu da kötü huylu kanser demek oluyor, zira ağırdır ve sıkılığı çoktur, üst organlarda iyi huylu olur, zira üst organlarda daha hafif ve tedavi edilebilir şekildedir.

Uyarı: Sevdanın bir noktada kristalize hali, kanser demek oluyor.

Kanser Tümörünün Büyümesini Önlemenin Yöntemi

Bazen bir bölgede veya lokal travmanın etkisiyle kristalize sevda oluşumu gözlenir yani bir organda kalıntı oluşur ve büyür (stres gibi ruhsal durumlar da etkilidir) ve tümöre dönüşür, bu büyümenin sebebi, beden ısısının soğuk olan kalıntıyı eritemez derecede oluşundan kaynaklanır, böylesi bir durum da kimyasal ilaçlarla kontrol edilemez, bu yüzden bir başka arıtıcı unsur olan kemoterapi uygulanır ya da ameliyat yapılır ve kesilir, işte bu kanser tümörüdür.

Kanseri önlemek için, 'yumuşak safra' oranını artırmalıyız (sürekli hurma ve bal kullanarak ki karaciğeri sıcak eder, karaciğer de kanı sıcak eder, o da kan akımını şiddetlendirir ve soğuk kalıntının oluşumunu önler) veya sevda yapıcı şeylerin emilim altyapısını en aza indirgeyebiliriz veyahut vücudu fazla sevdadan arındırabiliriz.

Anne karnında çocuğun güçlü olması isteniyorsa, anne adayının hurma yemesi gerekir. (Günde üç tane hurmayı yavaş yavaş yiyecek.) Eğer hurma yemede aşırıya kaçtıysa su içsin, düzelir. Hurma, sıcaklık yapmasından ötürü, sabrı artırır ve antidepresyon görevi görür, zira balgamın artışı depresyona neden olur. Hazreti Meryem (sa), kendisini bitkin hissettiğinde, Allah ona şöyle buyurdu: 'Kendini hurma ağacının altına ulaştır.' İmam Bakîr (as) şöyle buyurur: 'Allah, hurmadan daha iyisi olsaydı, Hz. Meryem'e (sa) verirdi.' Hurma, insanı genç ve zinde tutar.

Uyarı: Sinirler ve ümit, hastalıkların tedavisinde önemli bir role sahiptir.

Bir Anı: Kanserli biri vardı ve akciğerine yayılmıştı, biz röntgen filmlerine göre, kanserleri hacamatla küçülttük, sıcak şeyler verdik ve ümit ve moral verdik ve sonra iyileşti. Kanser, önce bedendeki soğuk bölgeleri hedef alır, eğer sıcak edersek erir.

Kanserin Tedavisi: Badem, bal, rezene, hurma, keten tohumu ve çörek otu (her sekiz saatte bir iki üç tane çiğnenecek). Yaşlılar çörek otu çiğneyemediklerinden -çörek otu yağı ve bal- karışımını uygulasınlar. Eğer yağını bulamasalar, çörek otunu toz haline getirsinler ve balla karıştırsınlar, dört saatte bir yesinler.

Peygamberimiz (saa) şöyle buyurur: Hiçbir şey kaynamış su kadar yararlı değildir.

Profesör İrani'nin Kanseri Tedavisi Yöntemi

Kanser tedavisi için kaynamış su için zira kaynamış su içtiğiniz takdirde böbrekler tarafından dışarı atılan su damarlar aracılığıyla atılır ve böylelikle tüm hücrelerin arınması sağlanır. (Hücrenin yüzde yetmiş beşi sudur.) Su, yoğun ve sevdavi olursa, bir bölgede hastalık meydana getirir. Sevda mizaçlı olanların yüzlerinin koyu olmasının sebebi hücredeki sevdadandır ve kırışıklık da görülür. Su duru olduğunda, yüz de duru olur. Sevda sıkılaştığında, kansere dönüşür. Kanseri zayıflatmak istiyorsak ya kemoterapiyle zayıflatırız ya da koşmayla birlikte kaynamış su içme yoluyla sevdayı arındırırız. (Koşu, kanserin yayılmasını önler ve kanseri zayıflatır ve dışarı atar.) Bu arınma, baştan başa bir arınma olduğundan, sevda temizlendikçe beden daha güçlü olup kanserin yayılımı zayıflar ve insan sağlıklı ve dinç olur. Çünkü bu sevda (kurumuş kirli kan) tüm hücrelerde olduğundan, beyinde de aynı şekilde bulunur, böylece beyin hücreleri de arınmış olur, arındığı için de olumsuz düşünceler, hayal kurma, kuruntu, keder ve diğer belirtiler de arınır. Bu yüzden, kaynamış su içtikten sonra koşan kimseler, neşeli olup hiçbir şeyi kafaya takmazlar. (Herkes için günde 4 ile 6 bardak kaynamış su ancak mizacı balgam olanlar için kaynamış su, bal şerbeti şeklinde sabah ve akşam olmalıdır ve akşamları beyinlerinin soğumaması için 3 ile 14 bademi teker teker yesinler.) Çünkü kaynamış su halsizlik yapar, o halde bir hafta kaynamış su bir hafta normal beslenme olacak.

Eğer başka bir yemek vermeyi istiyorsak, zeytinyağlı sade buğday çorbasını akşamları verilir, hasta olmazsanız dahi güzelleşmek için için.

İnsanda sevda zirveye çıktığında, kişi ağlama yetisini kaybeder çünkü sevda soğuk ve kurudur ve ağlayamayan kişiler, hastaların en hastasıdır, böyle kişiler vücutları sıcak olmadan ağlayamazlar.

Sevda sindirimde görülürse; kişi çabuk acıkır, tuzlu şeylere isteklidir, tuzlu badem sever, tuzla oyun oynamak ister, mide hacmi az olup yiyeceği de azdır, sevda soğuk ve kuru olduğundan dolayı da kabızlığa yakalanma oranı bu tür kişilerde yüksektir, çünkü kabızlığın altyapısını kuruluk ve soğukluk oluşturur, bu yüzden sıcak şeyler verildiğinde iyileşirler, bu kişilerden bir kısmına sıcak ve nemli şeyler verilmelidir. Kimileri kabızlığını gidermek istemelerine karşın midelerini soğuk ediyorlar, yemekten önce ve sonra fazla su içiyorlar. Yemekten sonra, kivi, yoğurt ya da marul yiyorlar, vücuda nem eriştiği doğru ancak bu yöntem doğru bir yöntem değil bu açıdan sıcak ve nem birlikte verilmelidir. Örneğin; gül suyu, bal şerbeti gibi. Gül suyu sıcaklığın yanında bağırsağa baskı uygular.

İlacın etki hızını artırmak için bal ilave edilir. (İbni Sina bu yöntemi uygulardı, ben de İbni Sina'nın ilaca bal karıştırmasının sebebini bulmak için tüm Kanun Fit'tıb kitabını okudum, şu sonuca vardım ki bal, ağrı bölgesine ilacı taşıyıcı işlevi görüyor.

Sevda yoğun olduğundan ötürü, kanın bedende dolaşımı yavaştır, uç organlar soğuk olur ve diyabet görülür, söz konusu uzva dokunacak olursanız soğuk olduğunu göreceksininiz ve bunu kıl ile de teşhis edebiliriz; kıl olmazsa soğuktur olursa sıcaktır, tedavisiyse sirkencübin, ısırgan otu, zencefil ve üzerlik tohumudur.

Diyabet sonucu oluşan yara için ilk önce uzvun yukarısından sülük atılmalıdır, alt kısıma değil, çünkü alanı kanın iletimine uygun hale getirmediğimizden alt kısımdan başlanırsa ağrı çok olur.

Önemli Nokta: Sevda için söylenegelen bütün yol yordamlar hastaneye yöneliktir bu yüzden tedavisi için kendi başınıza bir işe kalkışmayın aksi takdirde çeşitli zararlar doğurabilir.

Sıcak diyabette dokunduğunuzda sıcak olduğunu görürsünüz ve soğuğa dönüktür, tedavisinde soğuk şeyler verilir, bal verilmez, çünkü FBS (şeker) yükselir.

Sevda cinsel organda görülürse; idrar kesesinde olursa, idrar kaçırma gözlemlenir. Bu noktada, balgam ile sevdanın belirtileri birbirine yakındır. Balgam idrar kesesinde çoğalırsa, istem dışı idrar yapma görülür, bağırsakta çoğalırsa istemsiz gaz yapma görülür, guruldama olur ama bu durumda istemsiz boşaltım yanma hissiyle birliktedir, balgam olan şahıs istemsiz boşaltımı hissetmez, hapşurur idrarını kaçırır, aşırı güldüğü ya da ağladığı takdirde, banyoda uzun süre kaldığı takdirde, soğuk bir ortamda durduğunda ya da korkarsa, tedirgin olursa idrarını kaçırabilir, buysa soğukluk ve nem dolayısıyladır ama sevda olan birinde idrar yapmaya eğilimlidir ancak idrar yaparken yanma hissi de duyar çünkü kanalda kuruluk da bulunur, bu tür hastalık için sıcak sirkencübin verilir yani sirkesini yarıya indiririz (dörtte biri sirke olacak şekilde). Ancak tedavi süresi uzatılır ve lokal tedavi de uygulanır, yağlar gibi; zeytin yağı ve susam yağı (zeytinden daha yumuşaktır.)

Sevda olanlar, cinsel ilişkiye aşırı isteklidir ancak kabiliyetleri düşüktür.

Kısırlık, sevda olan cinsel organda görülürse, öncelikle o bölgenin soğukluğu giderilmelidir. Rahim fibromu, balgamdan kaynaklanır ama sevda şeklinde. Ancak fibromların ve kistlerin hepsinin soğuk altyapısı vardır.

Sevda başta görülürse; baş damarlarında tıkanıklık meydana getirir ve sevdavi baş ağrısı görülür, bu tür baş ağrısı başta yayılmış vaziyette olup tüm baş bölgesini tutar. İnce damarların olduğu bölgede baş ağrısı şiddeti fazla görülür, göz çevresi gibi, sese ve ışığa karşı adeta nefret duyarlar zira sevda arttıkça sıkılaşma da artar, sıkılaşma halindeyse sesin çınlaması fazladır. Işıksa sıcaklığı iletme

açısından sevdavi birine yansırsa daha da kuruluk sağlar, kişi gözlerini kapamak ve karanlık bir yere gidip uyumayı ister, zira uyku soğuktur ve başına baskı uygular ve kısa süreliğine sakinleşir, çünkü yer değişimi oluşur.

Saç renginden ve tipinden başın soğuk ya da sıcak olup olmadığını anlayabiliriz. Saç, açık tonlu ve inceyse, o bölge soğuk demektir, koyu ve kalın oluşu sıcaklıktandır, kuru ve kalın oluşu sıcak ve kuru olduğunu gösterir, kuru ve ince kıvrımlıysa soğuk ve kurudur.

Bir hastanın gövdeden yukarısı sıcakken gövdeden aşağısının soğuk olabilme ihtimali vardır. Böyle bir durum şu tür olaylarda görülebilir; soğuk enjeksiyon, lokal anestezikler, bedenden aşağısını uzun süre boyunca suda bekletme, genelde tüm beden sıcak ve soğuk olmak üzere aynı dağılım sergiler.

Bir hastam vardı, yüzündeki kılların yarısı beyazken diğer yarısı siyahtı. Sonra farkına vardım ki dişini uyuşturduklarında yüzünün yarısını soğuk etmişlerdi, bu durum beynini de etkilemişti; kendi yazılarını ya da herhangi bir kitabı bir kereden fazla okuyamıyordu. Şöyle dedi: 'Bir dahaki sefer doktora gittiğimde yanımda koku da götürdüm, uyuşturduğunda kokuyu kokladım ve doktorun muayenesinden sonra, hiçbir şey olmamış gibi derse gittim.

Doğum Anında Kullanılan Uyuşturucu İğnelerin Zararları

Doğum esnasında uyuşturucu iğne kullananan kadınlarda depresyon sık görülür. Çünkü uyuşturucu, bedeni özellikle de baş bölgesini soğuk eder. İdeal vücut ölçülerine sahip bir kadın sezaryan sonrası karın büyümesinden şikayetçidir, büyümenin nedeniyse, bel bölgesine uyuşturucu vurduklarında soğuk etmeleri. Öyle ki bu uyuşturucu iğne cinsel organı da soğuk edebilir. Uyuşturucu iğnenin zararlı etkisini gidermek için o bölgeyi sıcak yağ ve gıdalarla sıcak ederiz lakin normal doğumda böyle bir şey yaşanmaz.

Uyarı: Sezaryan doğum vücutta balgam oluşmasına neden olur, kına ise bedenin alt kısımlarında birikmiş balgamın yer değiştirmesinde etkendir.

Hz. Meryem'e doğum anında, hurma yenmesi buyruldu zira hurma depresyonu geçirir. Hurmanın yaygın olduğu toplumlarda kanser görülmemektedir, İran'daysa kanser soğuk algınlığı gibi yaygın durumdadır, çünkü hurma artık kabristanlarda kullanılageliyor. Hurma, yumuşak, hazmı kolay ve emilimi çabuk bir gıdadır, beyin için çok yararlıdır bu yüzden zihne dayalı yüksek tempoda çalışanlar için günde üç adet hurmanın elinin altında bulunması şarttır. Hurma yavaş yavaş yalayarak yenmelidir, bal gibi, çarçabuk yenmemelidir.

Sevda ruhta artarsa,uyku az, hızlı tepki verme, titiz, detaylara takılan, çabuk anlama, sese karşı duyarlı, geç karar alır, herkesten şüphelenir, zor güvenir, temizliğe ve necasete hassas olur ve her şey kendisi içindir.

Nasıreddin Şah, sevdanın etkisiyle, aynanın önünde yarım saat kadar bıyıklarıyla uğraşırdı. Şöyle derdi: 'Şu ülkede iki şey beni gereğinden fazla meşgul etmiştir; biri ülkenin durumları diğeri de şu bıyıklar.'

Sevdavi mizaca sahip birinin dostu olmaz, eşine para verir faturasını ister ama danışmanlık noktasında başarılıdırlar, çünkü en ufak detayları dahi gözden kaçırmazlar, iyi bir gözetmendirler ancak rapor hazırlama ve karar alma konusunda iyi oldukları söylenemez. Bu tür insanlar kız istemede erkek tarafını epey bir zorlarlar, kusurlarını ortaya çıkarırlar ve diretirler, erkek de olsa böyledir.

Sorgulama ve yargılama hususunda ılımlı kişiler seçilmelidir.

Alman halkı sevdavi mizaca sahiptir.

Sevda haddinden fazla olursa, insan hayalperest olur, olmayan şeylere gerçeklik süsü verir, uykudan başlar ta uyanıklığa kadar gider, birisine karşı kötümser olursa zihninde ihanet planları kurar.

Crack'ın hayal üretme gücü çok yüksektir, çünkü kanı çok hızlı bir biçimde kurutur. Eroini çok kullanan bir hastam vardı, bir süre sonra tedavi ettim, beni zorla evine götürdü, bana şöyle diyordu: ' Şu kamayı görüyor musun, defalarca karımın başını şu kamayla keseceğim diye karar verdim çünkü kızımı seviyordum ve karım kızımın yanında uyurdu, öldürürsem kızım öksüz kalırdı, bu yüzden onu öldürmedim.

Bu tür insanlar Mehdilik, peygamberlik hatta tanrılık iddiasında bile bulunabilirler.

Nar, sevdayı giderir, zira narda hem rutubet bulunur hem de bir tür nüfuz edici ekşilik bulunur ve nar evhamı giderici bir ilaçtır.

Bu mizaçlar temelde psikoloji ve psikiyatriye dayanır.

Tüm evhamlı ikircikli kişilik sorunu, sevda menşeilidir.

Sevdanın azalması için, başı sirkeyle yıkayarak ya da hatmi çiçeği jeliyle nemlendirebilirsiniz. (Banyodayken jel ne kadar fazla kalırsa bir o kadar nüfuz eder.)

Uykusuzluk kuruluktan kaynaklanır, elbette kuruluğun sevdadan mı yoksa safradan mı kaynaklandığına bakılır, böyle bir durumda uykusuzluğu gidermek üzere baş için rutubet sağlayıcı şeyler verilir. Örneğin; yoğurt, ayran (safra olanlar için) ve incir, casaba kavunu, kantalup kavunu (sevdaviler için), yoğurt yiyen birisine soğuk kokulu şeyler de verilir, sirke ve soğuk tabiatlı koku gibi.

ÇN: İran'da genel olarak iki tür kavun tabiri kullanılır, biri kharbozeh diğeri de tâlebi. Kharbozeh'nin bilimsel adı 'Cucumis melo var.inodorus' olarak geçiyor, bu da 'casaba kavununa' karşılık geliyor. Talebi 'Cucumis melo var. cantalupensis' olarak geçiyor, bu da 'Kantalup kavununa' karşılık geliyor. Umarım kusurumuz olmaz inşallah.

Kuruluk oranı başta ses duyulma raddesine kadar ulaşabilir. Sıcak ve kuru ya da soğuk ve kuru olan coğrafi konumlarda sık görülür. Sesin tedavisi şöyle: Sirkencübin, hatmi çiçeği, genel (sırt) hacamatını yaptırdıktan iki hafta sonra Mastoid (kulak arkası) hacamatı ve kulak arkasına sülük şeklindedir.

Uyarı: Kulak arkasına yapılan hacamat damara denk gelirse, kısırlığa neden olur.

Ses ne kadar tizleşirse, kuruluk oranı bir o kadar yükselir. Klimaya benzer bir ses duyulursa, bu durum kuruluğun az olduğunu gösterir, ıslığa benzer bir ses duyulursa da kuruluk çok demektir.

Sevdavi kişiler, ince ve belirgin damara sahiptirler, ciltleri de siyaha çalan bir tondadır. Ancak Siyahilere 'sevda' demek doğru olmaz. Siyahilerde, cildin nem durumuna bakılır, eğer yumuşak, narin ve damarlar belirsiz olursa balgam demektir. Eğer dudaklar kalın, baş büyük, ağız geniş, burun büyük, gözler ve diş eti kırmızı ve kanlı, damarlar belirgin-çıkık olursa dem olduklarına işarettir. Yok eğer ince hatlı, saçları kıvrım kıvrım, koyu tenli, kuru ciltli, ince damarlı olursa sevda mizaçlıdır, Yemenliler gibi. İnce hatlı ve göz çevresi sarı tonunda, seyrek ve kalın saçlı olursa safradırlar.

Kuruluk arttıkça, kişide çabuk kavrama da artar, sesleri ve kokuları hemencecik algılar. Sevda oranı yüksek olan hayvanların sesleri ayırt etme yetileri güçlüdür; karınca, köpek, arı gibi.

Sevda'nın Oluşumunda Rol Alan Etkenler

1. Hareketsizlik, bir köşeye çekilme, dinlenmede aşırıya kaçma; böyle bir durumda normal olan sevda anormal şekle bürünür. Kanın rutubeti azalıp sıcaklığı artınca yanmış kan denilen sevda oluşur ya da safra miktarı sınırı geçerse, kanın içeriklerini yakar ve bu da sevda demek oluyor veyahut balgamdaki soğukluk artarsa, yoğun bir hal alır, hareketi yavaştır öyle ki donma görülür, bu tür

balgam da sevda oluyor, bu tür sevda mizaçlılar genelde Avrupa'da yaşarlar, beyaz tenlidirler ancak yumuşak değildirler.

2. Donmuş inek eti

3. Kötü ahlaklı kişilerin tekrar eden davranışları

4. Çok soğuk tabiatlı gıdalar

5. Çok sıcak tabiatlı gıdalar

6. Şiddetli soğuk ve sıcak havada aralıksız kalmak

7. Bitmeyen dertler

8. Şiddetli sevinç

9. Aşırı biber tüketimi

10. Aşırı sıcak tabiatlı uyuşturucu madde kullanımı, afyon gibi; eroinin sevda yapımı afyondan daha fazladır ve ondan daha fazlası Metamfetamin ve sonra Crack gelir.

11. Uyuşturucu bağımlılığını gideren ilaçlar

12. Darbe

13. Şok

14. Ayrılık acısı

15. Büyük aşk

16. Çirkin yüze ya da sahneye bakmak

17. Çok sıcak tabiatlı bitkisel ilaçlar tüketmek

18. Büyük nefret

19. Kıskançlık, hırs, kin

20. Aralıksız süren şüphe

21. Kötümserlik

22. Sürekli negatif düşünme

23. Çok yeme

24. Haram yeme

25. Bilgisayar, televizyon, uydu ve telefonu sürekli kullanma

Üç tip insan kel olmaz;

1. Mutedil olanlar

2. Balgam olanlar

3. Sevda olanlar

Serap Ağrı Aksu 15-01-2019

Selamlar Ömer Bey,

Saç dökülmesi için önerilerimiz var ancak saç dökülmeniz mizacınızdan kaynaklı. Önce mizacınızı tedavi etmeliyiz daha sonra farklı yağlar ve uygulamalar yapılmalıdır.

Omer acar 07-01-2019

Merhabalar, benim askerde saclarim dokuldu, su an 35 yasindayim, iki yil once sac ektirdim, ekilen saclarin cogu tekrar dokuldu, kellik icin bir oneriniz varmi ? Tesekkurler.

Muhlasin 24-07-2018

Selamlar Esengül Hanım

Soğuk diyabette ısırgan kullanılır, mizacı sıcak ve kurudur. http://muhlasin.com/gidalarin-mizaclari-nelerdir-_H196.html linkinden diğer gıdaların mizaçlarını bulabilirsiniz, sağlıcakla kalınız

Esengül Çalık 16-07-2018

Merhaba, ısırganın mizacı nedir? Ve hangi tedavilerde kullanılır?

Serap Ağrı Aksu 04-07-2018

Aleykum selam Burak Bey

Kişinin sevgi durumuna bakarak sevdavi diyemeyiz. Sabahları aç karnına bir su bardağı limonlu bal şerbeti iki soğuk mizaç yani sevdavi ve balgami mizaçları için çok iyidir.

Burak demir 30-06-2018

Selamun aleykum iyi gunler ? Benim sorum olacakti da acaba sabah ac karnina bak serbeti icmenin faydasi neler. Bir de ben birisini seviyorum bu sevda midir ve bal serbeti bunu torpuler mi

Mizacını Tanı Kitabı (Altıncı Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Altıncı Bölüm)

29 Ekim 2017

Saç Ekimi Düşünenler Dikkat!

21 ile 28 yaş aralığında, rutubet minimum seviyeye iner, buna karşın hararet varlığını korur. Vücutta safranın konumu, üst bölgeler olduğundan, doğal olarak sıcak baş ağrısı yapar. Kişi bir iki tur atmasına, koku koklamasına, sıcak tabiatlı gıdalar yemesine, güneşe çıkmasına rağmen var olan baş ağrısı şiddetinde artış olur, bu evre atlatıldığında varılan sonuç; saç köklerinin yakımı evresi; böylelikle saç dökülmesi ortaya çıkar. Bu durum, 21 ile 28 yaş aralığında kendini gösterir. Saç dökülmesi başın ön kısımlarında görülürse; safravi dökülmedir, başın orta kısımlarında görülürse; demevi dökülmedir, her ikisi de görülürse hem dem hem de safra yükselmiş demektir. Kadınların kel olmamasının sebebi, dem ve safra oranlarının onlarda yüksek olmaması. O halde ‘saç ekimi yapıyoruz’ iddiaları tutarsızdır. Saç dökülmesini önlemenin tek çözümü, söz konusu yaş aralığında safra ve dem oranının kontrol altına alınmasıdır.

Bir diğer saç dökülmesi de ‘soğuk dökülme’dir. Bu tür saç dökülmesi her iki cinsiyette de görülür. Baş bölgesinde görüldüğü gibi, sakalda da görülür. Geleneksel tıpta ‘Daüsseleb’ olarak geçer ki günümüzde Alopesi olarak da bilinir, tedavisiyse sıcak tabiatlı gıdalar tüketme ve sıcak tabiatlı yağ kullanımıdır. Bu tür saç dökülmesi, strese bağlı olduğu gibi, sıkıntı, zafiyet, herhangi bir olay ve sıcaklığın düşük oluşundan da kaynaklanabilir. Alopesi’de deri yoluyla uygulanan ilaçlar verilmez zira bu hastalık cilt hastalığından ziyade sistemik bir hastalıktır. (Yani tüm vücudu etkileyen cinstendir.) Sıcak tabiatlı gıdalar verilir, örneğin; 14 adet badem, 5 adet incir, 5 adet zeytin, sabah akşam bir bardak bal şerbeti, her sabah tahin-pekmez gibi. Tedaviyi hızlandırmak için çörek otu yağı bıngıldak bölgesine sürülür.

Saç dökülmesi yirmi sekiz yaşından sonra da devam ederse, bu demektir ki sıcaklık da devam etmektedir. 28 ile 42 yaş arası sıcaklıkta düşüş gözlemlenir ve 35 yaşında sıcaklık dengeye ulaşır. Toplum genel itibariyle soğuk tabiatlı gıdalar tükettiğinden, yaşamları da stres dolu olduğundan ama kırk yaş öncesi denge yaşı olduğu için, kırk ile altmış yaş arasında dengeli biçimde yaşayabilirler ve altmış ile yüz yirmi yaş aralığı soğukluğa doğru yavaş bir eğim gösterir. Soğuk eğim, hızlı da seyredebilir yavaş da. Hızlı ya da yavaş oluşunu, saç rengine bakarak teşhis edebiliriz. Beyazlığın görülmesi, soğuk olduğuna işarettir. Beyazlaşmanın yirmi yaşlarında görülmesi, soğukluğun yirmi yaşlarda oluştuğunu gösterir eğer altmış yaşlarında belirirse, daha geç görüldüğünü gösterir. Bu cihetle sıcaklık sağlandığında, saçlar yeniden siyahlaşır. Çörek otu yağı baş bölgesine sürülürse, saç köklerini sıcak eder ve saç siyaha döner ancak çözüm yolu bu değil. Asıl sebebi, iç bölgelerde aramalı ve gidermeli. Saç renginin ne olduğuna dair bilgimiz yoksa, kaş renginden saç renginin ne olduğunu anlayabiliriz. Zira saç rengiyle kaş rengi aynı renktedir. İnce ve kalın oluşu da aynıdır.

Şiddetli üzüntüye bağlı saç beyazlaşmasında, çok üzüntü duyulduğundan ve üzüntü de mizaç olarak soğuk olduğundan, beyazlaşma ani bir şekilde kendini gösterir, böyle bir durumda sıcak şeyler verilirse, saç rengi yeniden eski halini alır.

Önceden saçları beyazken şimdiyse siyah olan biriyle karşılaştım. Ona ‘Ne oldu sana, yoksa saçlarını siyaha mı boyattın?’ diye sordum. O da ‘Hayır, ne siyaha boyatması, şu karışımı uyguladım; beş ölçek bal + iki ölçek topalak tozu + 1/10 ölçek safran, sonrasındaysa saçlarım siyaha döndü.’

Eskiden ninelerimiz şöyle derlerdi:

beyaz beyaz yüz tümen

kızıl beyaz üç yüz tümen

sıra esmere geldiyse eğer

ne dersen de değer

Zira beyaz, balgam olduğundan değeri de düşüktür, al yanaklı yüz ise sıcaklığa işarettir.

Sevda mizaçlı çocuklar, yetişkin gibi davranır ve büyüklerin işlerine karışırlar, sağlam ve sakindirler zira soğuk, kuru ve gerçekçidirler.

Safranın baskın olmasına bağlı saç dökülmesi görülürse, hacamat bu konuda çok yardımcı olacaktır, çünkü hacamat soğukluk üretir ve safranın düşüşüne neden olur.

Yaşam sanayileştikçe, insanlar birbirlerine daha çok yaklaşırlar, falancası Bender Abbas’ta yaşarken, klimanın altından ayrılmadığından, soğuk olur ve ısısı da soğuk olur, yemekler de böyledir, herhangi bir yemeği İran’ın her noktasında yemekteler, bu cihetle mizaçlar birbirine yaklaşır ve hastalıklar ortaklaşır.

ÇN: Bender Abbas,İran’da sıcak iklime sahip bir şehir.

Uyarı: Sevdayı yakmak isteyen birisi hamam otu tozu kullansın.

ÇN: Kitapta, ‘sevdayı yakmak’ olarak geçiyor, sevda yanmış kan demek zaten, ibarette anlatılmak istenen büyük ihtimalle sevdanın ortadan kalkması.

Sevda’nın Tedavisi

Yürüyüş, en iyi sevda söktürücü seçenektir. Sonra buruk ve ekşi tatlar, Pekmez sirkesi ve sirkencübin ve (ekşi ve tatlı şeyler) ve peynir altı suyu ve iki hafta sonra üç seans olmak üzere ayda bir genel sırt hacamatı.

ÇN: Pekmez sirkesi, İran’ın geleneksel tatlarındandır. Geleneksel tıbba göre hem gıda hem de ilaç hükmündedir. Pekmez sirkesi, pekmez, sirke ve su ile elde edilen bir tür içecektir.

Akırıkarha’yı kırk gün boyunca sirkede bekletirseniz ve diş etinizi elde ettiğiniz suyla yıkarsanız, diş etiniz yumuşar öyle ki elinizle dişlerinizi yerinden çıkarabilirsiniz böylelikle ortodonti kolaylaşmış olur, zira diş eti yumuşadığından yer değişimi de kolaylaşacaktır, diş etini tekrardan sertleştirmek istiyorsak, tuz ve bal ile bunu kolaylıkla halledebiliriz. Akırıkarha, sevda üretici bir bitkidir. Sevda nereye etki ederse, Akırıkarha genişleme gösterecektir, aralayıp yumuşatacaktır; ziğil ve kemik ve kemiğe benzer çıkıntılar gibi özellikle de parantez bacak ve çil.

Kara kurut, sakin bir sevda yapıcı olduğundan dolayı tüm mizaçlar için uygundur.

Enfiye, derin sevdayı yer değiştirir.

Uyarı: Sevda temeldir ve mutedil sevda en iyi mizaçtır.

Sevda’nın Belirtileri

1. Teknik konulara ve hesap kitap işlerine ilgi duyarlar
2. Konuyu her açıdan ele alır ve ince zekalıdır
3. İlkbahar ve yaz mevsimini severler
4. Mantıklı ve duygusuz
5. Tedbirli ve orta halli

6. Düşük enerjilidirler ve bir işi sonlandırmada istikrarlıdırlar

7. Maneviyata eğilimleri azdır

8. Huzursuz ve daima düşüncelidirler

9. İki gönüllü, tedirgin ve takıntılı

10. Riski göze almazlar

11. İntikamcıdırlar

12. Ortamdan ve durumdan etkilenmezler

13. Cinsel eğilimleri çok olmasına rağmen cinsel performansları düşüktür

14. Hayallere dalıp gider

15. Kötümser, hassas ve endişeli

16. Düzenli

17. Kendi kendini yer bitirir ve içine kapanıktır

18. Kavgacıldırlar

19. İnce görüşlü ve her açıdan dikkatlidirler

20. İnatçı, dediğim dedik, işleri bitirene dek diretirler.

Mizacı Teşhis Etme Yöntemi

İki tür aşırı kilolu vardır; etli olanlar demevidirler ya da yağdan dolayıdır ki yağ da soğuktur, bu da balgam olduklarını gösterir. Dem mi yoksa balgam mizaçlı oluşu noktasında öncelikle damarın belirginliğine bakılır. Damar belirginse demevidir, öyleyse aşırı kilolu bireyler ya demevidir ya da balgami. Bu iki mizaçta rutubet olduğundan safravi ya da sevdavi olma şansları yoktur zira sadece balgam ve demde yaşlılık görülür.

Zayıf kişiler, ya soğuk ve kurudurlar ki bu suretle vücuttaki kas oranı düşüktür ya da sıcak ve kuru da olabilirler, böyle olursa yağ oranı düşük olur. Birinci durum, kişinin sevda olduğunu gösterirken ikinci durum safra olduğunu gösterir.

Balgam olanlar, hacamat noktasında aşırıya kaçmamalılar, zira hacamat bedeni soğutur, bu da kandaki yağ oranını yükseltir. Balgam olanlar, uykudan uyandıktan sonra göz altları şişkin olur, bu balgamın belirtilerindendir. Balgamların ağrısı sabah artar çünkü sabah soğuktur, bu tür kişiler çabuk acıkır, zira beden ısıları düşüktür ve vücudun kendi yağlarını yakamaz, bu yüzden acıktıklarında beklemeye tahammülleri dahi yoktur, cinsel eğilimleri azdır, bu durum çiftler arasında sorunlar çıkmasına yol açar, rahat bir şekilde uykuya geçmezler, inme ve fazla salgılar bu tür kişilerde sık rastlanır.

Uyarı: Günlük sakızı çiğneme ve terleme, balgamı yok eder.

Mizacı Teşhis Etmek İçin Hastaya Ne Tür Sorular Sorulmalı

Mizacın teşhisi noktasında, hastaya üç ana başlıkta eğilimlerine dair sorular yöneltilir.

1. Gıda Eğilimi: Örneğin, ne tür yemekler sever, az mı yer çok mu yer?

2. Zihinsel Eğilimler: Örneğin, ezberi nasıl, arkadaşlarla olan ilişkisinde sevecen mi, hayalperest mi?

3. Davranışsal Eğilimler: Örneğin, erken mi uyur, çalışkan mıdır gibi.

Bu soruları geç yanıtlıyorsa ve kolayca karar veremiyorsa, bu durum başta sevda olduğuna işarettir.

Yaş, saç tipi, kalınlığı ve inceliği, baş ve vücutta kıl dağılımı incelenir. Çırılçıplak etmeye gerek kalmadan ellerden, vücudun az ya da çok kıllı olduğu anlaşılır. Yanaklardaki kıl oranından da anlaşılabilir, yanaklar çok kıllı olursa göğüs kılsız olamaz. Kıl rengi siyahsa, sıcaklık var demektir ve

demevi oluşunu destekler, sonra sindirime dayalı sorular yöneltilir, eğer ekşi tatları seviyorsa, sıcak olduğu kanıtlanmış olur.

Mizacı Teşhis Ederken Hastanın Yalan Söylediğini Nasıl Anlarız?

Harekette ve konuşmada hızlılık, kişinin sıcak olduğuna dair delil teşkil eder. Sakinlik, yavaş konuşma, soğuk olduğuna işarettir. Ağız suyunun akması da soğuk olduğuna işarettir. Sonrasında nabzını ölçeriz, eğer dolu ve hızlı olursa sıcaktır, aksi halde soğuktur.

Davranışlar Neyin Göstergesidir

Bir işi nihayetine erdirmek 'soğukluğa giriş' biletidir. Çünkü sıcak mizaçlı olanlar, çeşitlilik arar ve başladıkları işi yarım bırakırlar, bir işi tamamlamaları istenirse, kendilerine çok baskı uygulamaları gerekir. İnsan soğukluğa doğru gittikçe, daha akıllı olur ve diplomatik ve resmi konuşur ancak sıcak mizaçlı olanlar 'aman, ne olmuşsa olmuş' derler.

Herkesin kendi el rengi, asıl rengidir, eğer el rengi yüz rengiyle aynı olursa, bu demek oluyor ki yüz asıl rengine sahiptir, yaş ilerledikçe yüz rengi değişir ancak el rengi sabit kalır, bir yere kadar bu farklılığı kabul edebiliriz ancak farklılık artarsa, bu hastalık belirtisidir.

Sıcak mizaçlı kişiler, işlerini gizleyemezler, gizlerlerse de bu onlar için oldukça güçtür. Yüksekte uçan dilekler düşleyicisidir, sıcak mizaçlı olanlar. Bu cihetle, dileklerin dengelenmesi, mizacın dengelenmesidir.

İki mizaçlı kişiler de var, bu kişilerde gövdeden yukarısı sıcakken gövdeden aşağısı soğuk olur, bu tür kişiler için karışım ilaçlar verilir, sirkencübin gibi.

Sevda mizaçlıların ciddi ve kuşkulu bir yapıları vardır, konuyu her açıdan ele alırlar. Tavırlarındaki ciddiyetten sevda oldukları hemen anlaşılır.

Balgam olan biri daima işlerini gözetler demevi biriyse şiir ve aşka müpteladır, safra olan birisi zihninde yüksek düşüncelere ağırlık verir.

Sıcak mizaçlı birinin soğuk mizaçlı biriyle güzel bir aile yaşantısı olabilir. (Biri ötekine sıcaklığını öteki diğerine soğukluğunu verir.) Eğer her ikisi de sıcak mizaçlı olursa, ilk başlarda Mecnun ve Leyla iken sonrası kavgalar başlar.

Önceden ekşi severken şimdiyse acı seven biri soğukluğa kaymıştır.

Hamile bir kadın, aşırı sıcak şeyler yerse, çocuk sarılığa yakalanır, eğer aşırı soğuk şeyler yerse, çocuk kilolu doğar.

Karma Mizaçlar ve Tedavisi

Başvuran hastalar genel olarak, çeşitli ehlat galebesine tutulmuştur. Birkaç hıltın baskın çıkmasını tedavi etmek pek zordur. Birbirine zıt birkaç hılt olsa da, külli kusma ve güçlü söktürücü (munzic) verilmesi gerekir.

Birbirine zıt iki hılt ile karşılaşıldığında, sıcak ve soğuk gibi, tedavide öncelik soğuk olandan yanadır. Çok soğuk ve çok sıcak olursa, öncelik çok soğuk olandan yanadır. Soğuk ve kuru ile soğuk ve yaş arasında kalındığı takdirde, tedavi önceliği soğuk ve kuru olandan yanadır. Sıcak ve kuru ile sıcak ve yaş durumunda öncelik sıcak ve kuru olandan yanadır. Zira bunlar, daha erken zarara uğratır. Yaş ve kuru iki mizaç durumunda öncelik kuru olandan yanadır. Örnek olarak, safra ve dem ile sevda ve balgam getirilebilir ki sevda ve safrayı ilk etapta tedavi ederiz, zira zarar payı daha sıcak ve daha kuru olanda yüksektir.

Bir kimsede farklı mizaçlar görülebilir. Mesela, başta bir mizaç, midede ayrı bir mizaç, ayakta farklı bir mizaç ve ciltte ayrı bir mizaç görülebilir.

Baş sıcak olursa ve mide soğuk olursa, başı absorban ilaçla dengelemeliyiz ve mideyi yiyecek türü şeylerle sıcak etmeliyiz.

Karma mizaçlarda aşama aşama kısım kısım ilerlemeliyiz.

Müfret bir hastalığın ilacı da müfrettir. Mesela, soğukluk artmışsa, sıcak şeylerin verilmesi icap eder, bal gibi. Eğer soğuk ve yaş olmuşsa, üzerlik tohumu verilir ki tabiatı sıcak ve kurudur. (Üzerlik tohumunun kullanım ölçüsü bir yemek kaşığı kadardır, kişinin ağırlığına uygun bir şekilde alınması gerekir. Üzerlik tohumunun kullanım şekli 'Üzerlik Tohumu Bölümü'nde anlatılmıştır.) Sıcaklık, yaş ve kilo alımı gerekliyse, incir verilir. Kas ve kemiklerin güçlenmesi isteniyorsa da incir verilir. Cildinizi, yüzünüzü ve kaslarınızı güzelleştirmek ve gençleşmek istiyorsanız, zeytin yiyin. (sabah 7 adet zeytin ya da karşılığı bir bal kaşığı zeytin yağı ve akşam 7 adet incir) Zira incirin sindirimi geniş aralıkta seyrettiği için akşam alınımı önerilir. Zeytinin sindirim ve boşaltım hızı daha yüksek olduğundan sabah alınımı önerilir. Bu formül, tüm yaş grupları ve tüm mizaçlar için uygundur.

Önemli Uyarı: İlacın dozu, belirtilen miktarı aşarsa, ilacın etkisi azalır, o halde çok ilaç kullanmakla, çabucak tedavi olunmaz.

Safravi mizaç, soğuk şeylere meylettiğinden, eğer soğuk alımı normal sınırı geçerse, mide soğuk olur, karaciğerin karakteri sıcak olduğundan ve karakterin mizacı geç değiştiğinden, öte yandan midenin karakteri soğuk olduğundan, bu demektir ki midenin rutubetlenmesi gerekir ve midenin daha da soğuklaşma kapasitesi de var, bu denge tam da bu noktada bozulur. Bu durumda, kişi soğuk şeylere meyleder ancak yediğinde de rahatsızlanır ve gaz oluşumu gözlenir, eğer sıcak şeyler vermemize rağmen yine de gaz gözlenirse, haddinden fazla soğuttuğu ortadadır. Midenin soğukluğunu gidermemize karşın, diğer yandan karaciğer aşırı derecede sıcak olur hatta bu sıcaklık kaşıntı, ağız kuruluğu ya da susuzluk şeklinde kendini gösterebilir ve böyle biri suyu çok içerse midesi soğuyabilir de. Bu kısır döngü, genel bir problemdir zira bizde 'doğru beslenme' kavramı yok.

Tedavisi ise şöyle: Sıcak şeyler yiyin, sıcaklık hissederseniz, bir miktar yavaş soğuk şeyler yiyin; birkaç kaşık yoğurt, bir bal kaşığı limon suyu gibi. Bunlar yavaş soğuklardır ki hemen karaciğeri dengeler ve mideyi de soğutmaz.

Uyarı: Sıcak tabiatlı gıdalar, gaz söktürücüdür.

Biz temelimizi sıcak şeyler yeme üzerine kurmalıyız. Böyle bir durumda herhangi bir olayla karşılaşılmaması için sıcak ve kuru şeyler yerine sıcak ve yaş şeyler verilmesi gerekir.

İran'da karma mizaç yaygındır. Genel olarak, vücudun üst bölgesi sıcakken alt bölgesi soğuk olur. Bu tür kişilerin tedavisi, sirkencübinle mümkün. Ki sirkesi birincil soğuk olup nihai sıcaktır, genellikle sirkencübindeki sirkeyi değiştirmezler yani artırmazlar zira sirkenin acılığı çok fazladır, sinirler üzerinde negatif etki eder, eğer soğukluğa daha çok ihtiyacımız varsa ara ilacı olan naneyi hindibayla yer değiştiririz.

Hem kanı hem de safrayı kontrol altına alabilecek uygulama hacamattır, ilaçlardan ise sirkencübindir.

Nüfuz edici soğukluğa örnek olarak, nar suyu sonra berberis suyu verilebilir. Nüfuz etmeyen soğukluk olursa mideyi soğutabilir ve söz konusu edilen soğukluk hedef noktasına erişmez, bu durumda nüfuz eden soğuklukları tuzla dengelemek gerek. Tuz, nüfuz edici sıcaktır. Şeker ilave edilmemeli zira şeker nüfuz edici değildir.

Balgam ve sevda vücutta birleşik ve kayganlı olursa, yüz rengi siyaha dönük olur, koyulaşır ve iki renkli lekeler belirir (siyah ve beyaz şeklinde). Eğer kayganlı yapışkanlı olmazsa, gözde koyulaşma benek benek olur ki bu hastalığa vitiligo denir. Tedavide öncelik koyulaşmaya dayalıdır ve beyaz lekelerde artış gösterebilir sonrasında iyileşir.

Eğer balgam, dem ve safra hıltı bir arada görülürse, önce safrayı sonra kanı daha sonra da balgamı tedavi ederiz. Safra ve demi tedavi ettiğimiz süre zarfında, balgam artış gösterir. Şöyle düşünün, hastanın hem vücut kaşıntısı var hem de bacak ağrısı var, eğer kaşıntıyı ortadan kaldırsanız bacak ağrısı şiddetlenecek, böylesi bir durumda bacak ağrısı için lokal tedavi uygulanır (acı badem yağı) ve kaşıntı içinse, sirkencübin önerilir.

Zıt tedavi de uygulanabilir (sirkencübin ile üzerlik tohumu). Sirkencübin; safra, sevda ve demi eritebilir ancak içeriğinde sirke yer aldığından balgamı çoğaltır. Öte yandan, üzerlik tohumu, balgam ve sevda karşıtı (üzerlik tohumunun suyu sirkencübin olacak şekilde), diğer taraftan, üç hılt olan safra, dem ve sevda ortadan kalkması için hacamat yapılmalı. Balgamı, üzerlik tohumu ile tedavi edin.

Yaygın ağrının tedavisi: Bu ağrı türü, balgamın tüm vücuda yayılmasıyla ortaya çıkar. Balgamın yer değişimi beraberinde ağrıya sebep olur ancak bazı bölgelerde çökelir ve o bölgeye yerleşir, eklem yerlerinde olduğu gibi. El, ayak ve omurga eklemlerini tutar. Nüfuz ettiğinde ve kristalize olduğunda Artroz'a dönüşür. Artroz öncesi, romatizma oluyor. Bu cihetle, romatizma, sevda hıltının sebep olduğu bir tür disfonksiyonel hastalıktır. Sözgelimi bu sevda, balgamın kurumasıyla ortaya çıkmıştır. İlk başta eklemler yumuşaktır, yumuşak olduğundan dolayı da şekil değiştirebilir sonra kristalize olur, bu da balgamın sevdaya dönüştüğüne işarettir, elbette bu süreç aşama aşama ilerler. Tedavisine gelince, hasta güneş banyosu yapmalı, sıcak gıda ve üzerlik tohumu (akşamları suyla birlikte bir yemek kaşığı) kullanmalı.

Önemli Uyarı: Üzerlik tohumu, katiyen çiğnenmemelidir.

Bu hastalıkların ileri safhası Arterit ve Romatoiddir, şişkinlik gözlemlenir ve bir önceki safhası Artroz ve Romatizma ve ondan da bir önceki safhası tüm vücuda yayılan ağrıdır.

NOT: Kitapta 90lara eriştik, kitap yaklaşık 350 küsur sayfa, yuvarlarsak üçte biri cebimizde ki inşallah ilerleyen çevirilerde sayfa çevirisini artırabiliriz. Altıncı bölümle birlikte sevda bahsi burada sonlanıyor, yedinci bölüm 'Gıda' başlığıyla devam edecektir inşallah, sağlıklı mutlu ömürler

Mizacını Tanı Kitabı (Yedinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yedinci Bölüm)

03 Kasım 2017

Gıda

Herkesçe hılt gıdadan meydana gelmektedir. Tüm gıdaları dengelemek şart değil. Bazı gıdalar temel gıdalara girer; incir, zeytin, buğday, arpa ve susam gibi. Günde bir kaşık susam, bir insanı pehlivan yapar, eğer çok sıcak ederse bir miktar yoğurt yiyin.

Sürekli bahane bulan ve bağıran kadınların dengeyi yakalaması için onlara sıcak şeyler verilmesi gerekir. Özellikle akşam yemekleri, sıcak olmalıdır. Eğer akşam yemeği sıcak olursa, uyku derin ve kısa olur yani dinlenme kalitesi yüksek demektir ve sabah vakti rahat uyanırlar, aksine akşam yemeği soğuk olursa uyku derin ve uzun olur ama dinlenme kalitesi düşüktür ve gecenin bir yarısı tuvalet ihtiyacı için kalkmak zorunda kalırlar. Sabah ağır fiziksel aktivite yapıp soğuk şeyler yemişseniz bir sorun olmaz aksi durumda soğuk ve sıcak karışımı bir şeyler yemelisiniz.

Eskiler, kahvaltıda pekmez sirkesi içerlerdi, bu tür buruk tatlar kanı sulandırır. Ekşi ve tatlı gıdalar sevdanın dengelenmesi içindir. (Sevdanın tedavisi yavaş ilerlemelidir yani 120 gün ya da sonrasına değin sürebilir.) Sevda kuruluktan kaynaklanır, söz konusu kuruluk ya soğukluğun ya da sıcaklığın maksimum düzeye ulaşmasındandır. Eğer sıcaklığın maksimum düzeye ulaşmasından ötürüyse bir karşılığı olur (büyük ölçüde zıtlaşma görülür) ki sirkencübin tedavi edebilir.

Sevdayı arındıran meyvelere örnek domates içeceği verilebilir. (Tuzla ya da balla birlikte domates suyu). Bu içecek, iştah açıcıdır.

Önemli nokta: Kadınların gıdası sıcak, erkeklerin ılımlı, yaşlılarınsa sıcak ve latif olmalıdır.

Gıda Çeşitleri

1. Yiyecek Gıda

*İlerleyen bölümlerde açıklanacak.

2. Kokusal Gıdala

Kokuşmuş kokular, ekşimtırak kokular, enfeskiyon yapıcılar soğuktur. Misk gibi keskin kokuların sıcaklığı daha fazladır.

Üzerlik tütsüsü, beyni sıcak ettiğinden sınıfta ders dinlerken uyuklamanızı engeller, koku da böyledir. Sığır kuyruğu otu tütsüsü ve dişi eşek dışkısı tütsüsü çok kuvvetli enfeksiyon öldürücüdür. Dişi eşek dışkısının bir kere kullanılması yeterli olacaktır.

Zeytin yaprağını toz haline getirin, hoş bir sigara elde edersiniz.

Isparta gülü kokusu sıcak tabiatlıdır, sonra Nergis çiçeği ve ondan da güçlü misk ve sonra ambar ondan da güçlü Akamber kokusu. Bayıltılan birini uyandırmak için Akamber kokusunu kullanırız ve narkoz sonrası depresyona girenleri bu kokularla, soğukluğun etkisini gidermek için beyinlerini sıcak ederiz.

Uyarı: Endüstriyel kokularda alkol kullanıldığı için sıcak edici özelliği bulunmaz, çünkü alkol soğukluktur.

Aksırtıcılar, kokuların emilimi için gözenekleri açar, hapşırma sesi eğer yüksek olursa demek ki beyin sıcaktır ve eğer sessiz olursa demek ki beyin soğuktur.

Koku Alamayanlar için Tedavi:Başın bıngıldak kısmına sıcak tabiatlı kokular sürmek ve burnu keskin sıcak yağlarla yağlamak, nane esansı katkılı çörek otu yağı gibi. Bir süre sonra, sinüsleri boşaltmak için günde bir kez olmak üzere aksırtıcı verilir, süreci hızlandırmak için bal ve tuz karışımı burna çekilebilir.

Kokulu üzüm üretebiliriz, şöyle ki; bir çizgi üzüm ve bir çizgi ısparta gülü ekilir, bu yöntemle her ikisinin kökleri birbirine değdiğinden üzümler kokulu olacaktır. İranlılar tarımda çok maharetliydiler, bir tek ağaçtan yedi sekiz meyve birden topluyorlardı.

3. İşitsel Gıdalar:

Can yakan ve kötü lafları işitme, kötü ve uygunsuz sofraya oturmak gibidir. Klasik tıp hekimleri, işitsel gıdaları önemsemezler, önemseseler bile pek az önemserler. Tedavide işitsel gıdaların varlığı çok etkilidir. 'Seni seviyorum.' cümlesi yaşantımıza çok etki eder, düşmandan bile duysak, hatta bizi oyuna getirebilir de. Aksine 'senden nefret ediyorum' tümcesini yakınlarımızdan işitirsek bizde kötü etki bırakabilir.

Eşler birbirlerine 'seni seviyorum' demeleri, yaşantılarının iyileşmesinde rol oynar. Günümüz İran musikisi berbat ötesi, müzik iyi mesaj içermeli, iyi bir söz metini olmalı, yürek vermeli ve mizaç tanıma ilmiyle uyumlu olmalı. Kullanılan alet, güç verici niteliğe sahip olmalı. Doğu ve Eski İran müzik

aletleri sıcak yapıcı özelliğe sahipti ama batı müzik aletleri önce sıcak sonra soğuk yapıcı nitelik taşır. Tabiatın yapımı ve yıkımı, sözledir.

Bir doktor, en iyi ilaçları kötü ve çirkin sözler sarf ederek bir hastaya verirse, o ilaç artık etki etmeyecektir.

Sözler ‘Dua Terapi’sinde en somut biçimde kendini gösterir. Herhangi bir dine mensup olmayan birisi bile olsa ve söz konusu sözcükleri ifade ettiklerinde, bu kelimeler o şahısta iz bırakır, Allah’a inananlarsa bu kelimeleri dile getirdiğinde tedavi katsayısı kaç kata çıkacaktır.

İyi bir hekimin çevresini eğer sinirli ve kötü kimseler oluşturursa, o hekim tedavi ederken kötü etki eder. Başarılı hekim, açık yüzlülükle hastalarıyla konuşan kimsedir.

Anı:Kanserli biri yanıma geldi, emar çektirmişti. Ben kanser yerlerini hacamat ettiğimde bana ‘Ağrım sızım kalmadı ve iyileştim.’ dedi, sonra yanımdan ayrıldı ve tekrardan emar çekti ve iyileştiğini gördü, uzman doktorunun yanına gitti, doktor durumu kabullenmedi ve dedi ki ‘Dört basit çizikle kanserin iyileştiği nerede görülmüş?’ İyileşen hasta, bunu işittiğinde ağrıları tekrar başladı. Sonra emar sorumlusuna telefon açıyor ve sorumlu da ‘Doktorun yanlışı var, sen iyileştin.’ diyor, sonra iyileşen hasta, ağrılarının yeniden yatıştığını hissediyor.

Çoğu kimse, hasta ziyaretine gittiğinde, hastaya kötü ve ümitsiz edici laflar sarf ederek hastanın durumunun kötüye gitmesine el ayak olur, bu yüzden hasta gittikçe fenalaşır. Ben, böyle yaparak bir yerde birini öldürdüklerine şahit oldum.

İmam Humeyni’nin kendisi söz sanatında usta bir şahsiyetti, Amerika’yı sözleriyle o kadar ezdi ki Amerika hiçbir halt edemeyeceklerine inandı. Seyit Hasan Nasrullah’ın sözleri, füzelerden daha etkilidir. Hamaset oluşturmada demircilerin rolü, inkar edilemez.

Amerika’da bir araştırmada iki grubu ele aldılar. Bir grup kendisi için dua ederken diğer grup başkaları için dua ediyordu. Başkaları için dua edenler, kendileri için dua edenlere göre daha başarılı oldular.

Her zaman, pozitif ifadeler kullanın. ‘Size nasıl yardımcı olabilirim?’ mi daha iyi yoksa ‘Bu senin problemin.’ demek mi daha iyi? Kesinlikle ilki.

Harfler ve kelimeler Kur’an-ı Kerim açısından ‘gıda’ sayılır:

أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا

Hucurat / 12

Gıybet, kelimelerden müteşekkil olup gerçekte bir tür gıda olarak ele alınmış.

Müzik, pozitif ifadeler içermeli, batının tüm müzik aletleri baştan sona soğuk ve doğu müzikleri sıcaktır.

Küfür, hastalığa yol açabilir. Ümit, bedenin savunma sistemini güçlendirir. Dr. Alexis Carrel şöyle diyordu: 'Kliniğime başvuran imanlı hastalar, diğer hastalara göre hastalıklara karşı daha dirençliydiler zira Allah'a ve geleceğe ümitliydiler.'

Anı: Tahran'ın deneyimli avukatlarından biri şöyle diyor: Hangi dava dosyasını açsam, kavgayı başlatan etken küfürdü, dosyayı kapatan ana etkense karşılıklı özür dileme olmuştur. Eğer bu kavga biraz daha devam edecek olursa, iğneli konuşmayla sonuçlanır.

Bush'un kızını istiyorsun ancak ona herhangi bir erişme imkanın yok, yaşlı bir kadını ayarla, onun hakkında öyle laflar etsin ki artık onun lafını bile duymak istemeyecek duruma gelesin.

Uyarı: Sizinle pozitif diyalog kuranlarla dost olun.

4. Görsel Gıda:

Mavi renk, mutedil ve beyaz renk, soğuktur. Kırmızı renk, sıcak ve kışkırtıcı eğer açık tonda olursa mutluluk vericidir. Siyah renk soğuk, yeşil sıcaklığa yakın mutedil.

Renklerin en iyi ve en tamı yeşil ve mavidir. Bize göğe ve yeşile bakmamız denildi. Akarsuyu izlemek ve göğe bakmak huzur vericidir. Ancak günümüz toplumunda ne gök ne de yeşil alan kaldı. Şelaleye bakmak göz ferini artırıyor.

Kötü ve çirkin şeylere hiçbir surette bakmayınız. Haram şeylere bakmak, hem bedene hem de ruha kötü etki eder. Dağ yürüyüşü de gıda sayılır, olması gerekir de. Manzara da önemli, doğa manzarası ve diğer manzaralar.

En iyi duvar, saman ve çamurdan olandır. Kireç soğuktur, cilalı duvarlar zararlıdır. Seramik de zararlıdır.

5. İmgesel Gıda:

Herhangi bir davranışı düzeltmeden önce konuşmayı düzeltmeliyiz. Konuşmayı düzeltmeden önce de imgeyi düzeltmeliyiz. İyi imge ve fikirler, toksinleri vücuttan dışarı atabilir, aksi de mümkün. Telkin (aşılama) de etkilidir. Savaş cephelerinde, savaşçılar şehit olduktan sonra cennete gideceklerini imgelemeleri onlara güç katıyordu, Kerbela vakasında da durum böyleydi. Pozitif fikirler, negatif zaman ve mekan faktörünü kolaylaştırır. Bu ilacı kimisi kullanırken doktorlar kullanmıyor ve tıpta herhangi bir yeri yok. İbadetin kendisi, beden sağlığını sağlayıcı bir faktördür. İmgeleri yönlendirme, ümitlendirici ruh takviyesi formatında olmalıdır. Eskiden savaşlarda, savaşçılara moral katması için, önce epik şiirler okuyanları öne sürerlerdi. Sekiz yıllık savaşımızda Ahengeran Bey aynı statüyü üstlenmiştir.

6. Emilen Gıdalar:

Cildimizde toplamda beş milyon gözenek bulunur. Ciltteki bu gözenekler, deriye sürülerek uygulanan ilaçların emilimini sağlar. Eğer bir uzvun mizacı aşırı soğumuşsa, çörek otu yağına bir miktar nane esansı ilave edilir ve soğuyan uzva sürülür.

Yeni doğan bebeği, yedinci gününe kadar, bütün bedenini zeytin yağıyla yağlayın, böyle olunca bebeğin bedeni güçlü olur ve soğuk algınlığına yakalanmaz.

Menekşe yağı, mutedildir ve acı badem yağı sıcaktır ve nüfuz etme özelliği yüksektir. Çörek otu yağı sıcaktır ve onarıcı özelliği vardır.

Sevgiyi Cezbeden Organlar: 1. El 2. Göğüs 3. Boyun

Annesinin göğsüne yaslanıp süt emen bir çocuğun aldığı her yudum, annesine yaslanmadığında aldığı yudumdan on kat daha etkilidir yani on kat fazla enerji verir. Göğüsteki sıcaklık diğer göğse aktarılıyor ve bu yüzden bize ritüel gereği görüşürken yanaktan öpün ve kucaklaşın denildi.

7. Cinsel Gıda:

Boşanma vakalarının yüzde yetmiş ile yüzde sekseni cinsel iktidarsızlıktan kaynaklanır. 2013 yılında İran'da 800.000 boşanma davası görüldü, bu büyük bir istatistik. Cinsel ilişki, sakinleştirici bir gereçtir.

Eğer bir kimsenin herhangi bir uzvunda ağrı olursa, bir ilişkiye girmekle ağrı ortadan kalkar. Hatta irfani ahlaka sahip olanlara bile huzur sağlar.

Göz, cinsel ve tahrik edici bir gereçtir. Bundan dolayı Kuran-ı Kerim göz üzerinde şöyle buyuruyor: Gözlerinizi kontrol edin.

Cinsel boşalma gerçekleşmezse rahim damarlarında genişleme ve göğüs kanseriyle sonuçlanabilir.

Ayetullah Şahrudi döneminde Anayasa Mahkemesi danışmanı bana şöyle dedi: Hapishanede tecavüz suçuyla yargılanan 3000 idam mahkumu var.

Biz cinsel yönelimlerin önünü alamayız ancak ihtiyacı, hacamatla, sirke, ekşi şeyler, sirkencübin ve hindibayla aza indirgeyebiliriz.

Kadınlar için ilk etapta hacamat iyi olmamakla birlikte sirkencübin yeterli olacaktır. Zira kadınların vücut sıcaklığı fazla yükselmez. Nane, cinsel yönelimi azaltan bir diğer etkenler arasında.

Cinsel Destekte Üç Boyut Mevcut

1. Vücutsal yeterliliğin desteklenmesi

2. Ruh ve sinir desteği

3. Cinsel organ desteği

Vücut güçlü olmasına karşın cinsel yeterlilik noktasında sorun yaşanabilir. Vücut ve sinir desteği, cinsel takviye için daha elverişli zemin hazırlar.

Eğer bedensel ve sinirsel bir problem söz konusu değilse, cinsel performansta bir sorun varsa, bu sorun cinsel organın soğukluğundan kaynaklanır, bu yüzden organ sıcak edilmelidir.

Tüm sıcak şeyler, beden ve sinirleri düzenler ve sıcak eder. Sinirler üzerinde, pozitif bakış açısı, güven duygusu ve kanaat geliştirir.

Kadınlarda bu organ kısırlığa yol açacak kadar soğuyabilir. Bu durum, salgılar yoluyla ya da iç salgıların sıcak ya da soğuk oluşuna bakılarak anlaşılabilir. Bu tür soğukluklarda, bölge arındıktan sonra akşamları vajina bölgesinde bal kullanılır. (10 cc)

Uyarı: Bal, vajinal enfeksiyonlarda, ufak kistlerde ve istemsiz idrar kaçırmalarda en iyi çözümdür.

Cinsel ilişki sırasında duyulan ağrının nedeni ya aşırı soğukluktandır ya da aşırı sıcaklıktan. Eğer aşırı soğukluktan olursa, sadece ağrı görülür. Eğer sıcaklıktan kaynaklanırsa yanma hissi ve ağrı birlikte görülür. Eğer sıcaklıktan kaynaklanırsa, tedavisi sirkeli suyla yıkama (Su dolu büyük bir kaba bir bardak sirke ilave edilir ve yarım saat oturulur. Yedi ile on dört gün boyunca sürer.), hacamat ve soğuk şeylerin alımıdır.

Erkeğin cinsel organında görülen soğukluğun belirtisi, akşam idrar kaçırmadır, gündüzleri değil. Zira akşam soğuktur ve şahıs da soğuk etmiştir, bu durum erken boşalmayla neticelenir. Erken boşalma, tüm vücudun soğuk olması özellikle de cinsel organın soğuk olması temeline dayanır. Cinsel organı destekleyen en önemli ilaç nohuttur. En iyi nohuta örnek, ilk olarak kuru tarımla yetişen nohut sonra siyah nohut daha sonra siyah olmayan nohutlar verilebilir. (Nohut, suyuyla beraber yavaş yavaş pişmeli + zeytin yağı + sıcak tabiatlı baharatlar). Nohut, bakliyatın başıdır ve latif bir gıdadır, çocuklara da oldukça faydalır. Nohutun gazının alınması için 12 saat boyunca ıslatın sonra sıcak baharatlar ilave edin.

Nohutun yanına kişmiş (kuru üzüm) olursa, nohudun gazını alır.

Cinsel organın sıcaklığı, tüm mizacın sıcaklığıyla mümkündür. Yiyeceklerden, gaz yapan tanelerden özellikle nohut, cinsel organın sıcak olmasını sağlar.

Uyarı: Abgoosht (İran'a özgü, etli nohutlu bir tür sulu yemek), kusursuz, kapsayıcı ve ilmî bir yemektir. Yenilerde çıkan yemeklerse ilmi değildir. Abgoosht yavaş pişmelidir.

Bana yardımcı olması için Amerika'dan biri gelmişti. Bir süre sonra kadın arzuladığını belirtti. Ben de kendi kendime ne yapabileceğimi düşündüm. Ardından arkadaşlara ağır bir hacamat yapmalarını söyledim. Hacamattan sonra artık kadın arzulamadığını söyledi. Sonra haftada bir kere 4 ile 5 seans arası hacamat yapmasını söyledim. Sonra yanıma geldi ve artık iyileştiğini söyledi ama bir yandan ağlıyordu. Neden ağladığını sordum. Dedi ki: 'Ben ilk karımı çok seviyordum ne var ki bu hiperseksüalite yüzünden benden ayrıldı.'

Hiperseksüalite (Aşırı Cinsel İstek) Tedavisi

Ahlaki bunalımı önlemek için nane, hacamat ve sirkencübin devreye sokulur. Ancak tek başına sirke, sinirleri yıpratır. Mastürbasyonda, fazla sıcaklık giderilirse temayül de giderilecektir.

Erkekler için en iyi düzenleyici genel sırt hacamatıdır (haftada bir kere). Ondan sonra, soğuk tabiatlı şeylerin alınımıdır, elbette belirli ölçüde olmalı. Ondan sonra sirke gelir, sirke bedensel zafiyeti peşi sıra getirdiğinden onun yerine sirkencübin verilir. Sirkencübin, hem erkekler hem de kadınlar için dengeleyicidir. Nane de kadınlar için dengeleyicidir. Nane fazla tüketildiği takdirde kısırlığa yol açabilir ve adet kanamasını engelleyebilir. Adet olmak istemeyenler nane tüketebilirler (vajinal yıkama yoluyla). Ancak İngilizlerin bizlere getirdiği önleyici bir yöntem olan kafur çok zararlıdır. Kafur tüketen asker botunun bağcıklarını bağlamaya bile takati olmaz. Kafur beyni buz eder.

Cinsel Destekleyiciler

Bu bölümde, cinselliği destekleyen birkaç örnek getireceğiz:

1. Hormonal Gıdalar: Cinsel zafiyette, aşırı sıcak şeyler veremeyiz. Çünkü karaciğeri yakabilir. Bu tür kişilerin doyuma ulaşmaları için hormonal gıdalar almaları gerekir. Örneğin; hurma, hurma hidrolatı, keten tohumu, zeytin, incir ve üzüm gibi. Bu gıdalar, hem kadınlar için hem de erkekler için uygundur, rezene ise kadınlar için uygundur; bunların arasında en kuvvetlisi iğde çiçeğidir. İğdenin kendisi de bu özelliğe sahiptir. Bu gıdaların destekleyicilik yönü o kadar güçlüdür ki söz konusu kişi bir kadın olsa memede süt fazlalığından şikayetçi olur. Böyle bir durumda kişi bunları yemeye son vermelidir.

Ağrılı adet, adet öncesi ağrı, kadınlarda görülen bunalım ve hırçınlık, sütün azlığı, sütün çokluğu ve kısırlığın çözümü ballı rezene hidrolatıdır.

Uyarı: Rezene erkeklerde üç ile beş günden fazla alındığında cinsel istekte azalma görülür.

2. Rivayetlerde geldiği üzere cinsel performansta düşüş yaşanırsa, zeytin ve bal iyi gelir. Bundan daha iyisi şu karışımdır:

- 2 ölçek bal

- 5 ölçek zeytin yağı

- 5 ölçek çörek otu

Bu karışımdan günde bir yemek kaşığı kadar yiyin.

Önemli Uyarı: Balın emilimi için cinsel ilişkiden sonra yenmesi tavsiye edilir. Cinsel ilişkiden önce yenildiği takdirde emilim gerçekleşmez.

3. Soğanı zeytin yağında kavurun. Hurma ve yumurta ekleyin ve yiyin.

4. Tahin-pekmez, cinsel isteği destekleyicidir.

5. 3 yemek kaşığı nohut, cinsel performansı destekler.

6. En iyi destekleyici baldır. Bal, kaybedilen cinselliği bedene geri döndürür.

Cinsel İlişki İçin En Doğru Zaman

Cinsellikte doğru zaman önemlidir. Yemek sindirilmeden ve yorgunluk halinde ilişkiden sakının. Yemekten dört beş saat sonra, birinci ve ikinci sindirim gerçekleştikten sonra ilişki için en iyi zamandır. Mide doluyken yapılan ilişki vücutta zafiyet doğurur. Zira mide doluyken vücudun tüm enerjisi yemeğin sindirimi için harcanır.

Uyarı 1: Düşünceye dayalı işler ve kaygılar, cinsel performansı düşürür.

Uyarı 2: Bedeni genel olarak takviye ediciler için kan yapıcılar kullanılır.

Doktorlara Göre Uydunun Zararları

Günümüzde uydular göz yoluyla derinlere işleyen tahrik gereci olageldi, bu göz ardı edilen gerçek, ruh sağlığı açısından olabilecek en kötü şeydir. Kesinlikle tahrik olmak için izlenmemelidir. Haram bakışlar, vücutta ‘zehir’ işlevi gören salgılar üretir ve bu üretilen salgıların dışarı atılması şarttır ancak dışarı atım olanaksız olduğundan vücutta kalır ve vücudu zehirler.

Hastanın algısını geri kazandırmak, tedavisini hızlandırabilir. Mesela, hastaya şunu söyleyin: ‘Siz tez vakitte iyileşeceksiniz.’ Yanlış sözleri yinelemek, algıyı da değiştirir. Denilene göre, Hitler’in

savaşlardaki başarısının başlıca nedeni, Hitler'in 'Halkı Aydınlatma ve Propaganda Bakanı' idi ki bu şahıs, düşmana karşı çokça atıp tutmaktaydı. Düşmanın kendisi bile şöyle diyor: 'Bir yalanı o kadar söyle ki kendin bile inanasın.'* Bu ideyi baz alarak İran'da uydu projesini tasarladılar. Bu yüzden yirmi milyon doları İran aleyhinde propaganda yapılması için onayladılar ancak baktılar ki İranların beslenmesini kolayca zehirleyemeyecekler, onlar da fikirleri zehirledir. Ve iyi şeylerimizi kötüye çevirdiler. (Kur'an şöyle buyurur, müminlerin iyi yanlarını zikredin.) Doktorlukta şöyle denir, eğer bir ilacı ümitsiz içersen tedavi olmazsın.

*Hitler: diyor ki "Eğer bir yalanı yeterince uzun, yeterince gürültülü ve yeterince sık söylerseniz, insanlar inanır. İnsanları, bir yalana inandırmanın sırrı, yalanı sürekli tekrar etmektir. Sadece tekrar, tekrar ve tekrar söyleyin… İnsanın düşünememesi liderler için ne büyük şans."Alıntıdır.

Pozitif algı, vücutta latif safra üretir ve vücudu ısıtır. Beyinde akışkan sıcaklığı sağlar ve bu da iradenin güçlü olmasını destekler ve çalışma zemini hazırlar. Latif safra, tüm vücut boyunca, vücudun savunma sistemini destekleyici görev yapar. Bu cihetle, Kur'an ümidi insanda takviye edip ümitsizliği uzaklaştırmak ister. Şöyle buyuruyor: 'Kafirler, ümitsizliğe kapılırlar.' Uydu da insanları ümitsizleştirmenin peşinde. Zira toplumu küfre yönlendiriyorlar.

Negatif algı ve ümitsizlik sevdanın açığa çıkmasına ve soğukluğa sebep olur. Soğukluğun sürekli oluşu, kan dolaşımında devamsızlıkla sonuçlanır ve sonuçta uzuvda titreme ve gevşeme görülür. Bu da hastalıklara karşı vücudun savunmasızlığını (vülnerabilite) artırır. Ümitsiz biri çok çabuk soğuk algınlığına yakalanır. Çocuklarda da durum böyledir. Zira rivayetlerde önerildiği üzere çocuklarla güzel konuşun ve güzel sözler söyleyin, onları mutlu edin ki olumlu imgeleri takviyelensin, böyle olunca güçlü olurlar.

Erken boşalmanın asıl nedeni, zafiyet ve soğukluktur. Ruh ve çevrenin soğuk oluşu da aynı işi görür yani soğukluğa sebep olur. Meninin durdurulması safrayla olanaklıdır. Bu yüzden safrayı artırmalıyız. Sıcak tabiatlı yağlar (yağlama yöntemiyle) ve gıdalarla. Bedenin sıcak olmasına karşın yine de erken boşalma görülüyorsa sıcak yağlar devreye sokulur. Eğer tüm beden soğuk olursa, sıcak gıdalarla bedeni sıcak ederiz. Doğum esnasında kadınları iğneyle uyuşturduklarından ve o bölgeyi soğuk ettiklerinden dolayı sıcak yağlarla telafi edilmeli. Zira soğukluğun şiddeti bir bakıma fazla. Kupa terapi de bu konuda yardımcı olacaktır.

Kupadaki bardak sayısı, soğuk algınlığında üç ile beş adet olup on ile on beş dakika kadar sürer.

İmam Ali (as) şöyle buyurur: Zina isteği ve anlık delirme kanın galebe etmesinden kaynaklanır.

8. Sevgiye Dayalı Gıda:

Herkes sevgiye muhabbete ihtiyaç duyar. Eğer bu muhabbet doğru yolla sağlanmazsa yanlış yollara başvurulur. Doğu ve batıda olduğu gibi. Öyle ki iki cenah da sevgi açıklığını hayvanlar aracılığıyla kapatıyorlar. Hakeza karşı tarafın muhabbet etmesi de böyledir. Avrupa'da yaşayan biri varisleri olduğu halde tüm mal varlığının köpeğine verilmesini vasiyet etmişti. Nedenini sorduklarında cevabı şuydu: "Ömrümün her anında bu köpek benimleydi, sandviçimi getirirdi, kıyafetlerimi ve eşyalarımı getirip götürürdü, bana sevgi gösterirdi."

Sevgi bir tür ihtiyaçtır, anne bebeğini ısırdığında aslında sevgi ihtiyacını giderir, halbuki çocuk bu durumdan hoşlanmaz.

İslam dininde akrabalık bağlarını kesmek büyük günahlardan sayılır.

Sevgi ve muhabbetle geçirilen anları, insan ömrü boyunca unutmaz.

Yaşamımızda daima iyi şeylerden bahsedelim, kötü şeylerden değil. Aynı fikirde olmasak bile en azından yüreklerimiz bir olmalı, yanında iyi bir yoldaş hisseden kimse asla hastalanmaz. Maneviyatta en iyi dost (munis) Allah'tır. Maddiyatta ise en iyi dost eştir.

Sağlıklı Bir Vücut İçin Ne Yemeliyiz?

1. Bitkisel yağları değiştirelim: En iyisi zeytin yağı ya da susam yağı kullanmak. Eğer her ikisi de olmazsa kuyruk yağı kullanalım. Kuyruk yağıyla hazırlanan bir öğün, üç öğün gücü verir, kilo yapmaz ve işin tuhaf yanı kuyruk yağı kolestrolü düşürür. Sıcaklığı fazla olduğundan latif safra üretir ve kolestrolü eritir.

2. Ekmeği düzeltelim. Yani kabuğuyla beraber mayalanma sürecinden geçmeli.

3. Soğuk mizaçlı etlerden uzak duralım. Salam ve sosise kattıkları şeyleri söylemeye dilim varmıyor.

4. Günde en az bir en çok üç adet hurma ve yirmi bir adet siyah üzüm yiyelim.

5. Üzüm mevsiminde, kesinlikle bir ay boyunca üzüm diyeti yapın. (İlk hafta yalnızca kahvaltıda üzüm yiyin, ikinci hafta kahvaltı ve öğle yemeğinde, üçüncü haftaysa kahvaltı, öğle ve akşam yemeğinde üzüm yiyin.) Ben hayat ve neşe dolu olmak istediğimde üzüm diyeti yaparım. Üzüm diyeti yaptığımızda adeta ayaklarımız yerden kesilir.

6. Kızartmaları en aza indirgeyin. Yemeği tatlandırma amaçlı olabilir.

7. Aşırı yemeden ve kötü beslenmeden uzak durun.

8. Aç olmadan yemek yemeyin.

9. Lokmalar halinde yemek yiyin ve hemen yutmayın. Yemek tükürük sıvısıyla ne kadar karışırsa, besleyicilik yönü bir o kadar fazla olur. Yemekle birlikte bir miktar toksin vücuda girer, bu toksinler hacamatla dışarı atılır. (İlkbahar ve sonbahar olmak üzere yılda iki kez.) Toksin vücudun hangi noktasından girerse, hacamat yapılan bölgeden dışarı çıkar. (Çok hareketli insanlar ve havası temiz yerleşim bölgelerinde yaşayanlar için yılda bir kez yapılması yeterli olacaktır.)

10. Spor yapın. Sporun lideri yürüyüştür. İnce tabanlı ayakkabıyla yükseğe doğru taşlı zeminde yavaşça yürüyüş yapmak iyidir.

11. Yemek arası buzlu su içmeyin.

Kötü Beslenme (Malnütrisyon)

1. Yemek arası su içme.

2. Aç karnına su içme.

3. Aç karnına soğuk şeyler tüketme. (Şimdilerdeyse restoranlarda kahvaltı öncesi portakal suyu içmek moda oldu. Soğuk şeyler iştahı kabartır ve böylelikle karın git gide büyür.)

4. Hızlı yemek yeme.

5. Sıcak ve soğuk şeyleri birlikte yeme.

6. Çeşitli yemekleri bir arada yeme (Zira midenin mizacı sersemler.)

Mide soğumasını gidermek için bazen çok sıcak ilaçlar verirler. Bu ilaç kurdeşeni yayar ve tüm bedeni kurdeşen kaplar; çok sıcak gıda kanı sıcak eder ve sıcak kan kaşıntıya sebebiyet verir ve sonra da kurdeşen halini alır. O halde, mide soğukluğunu gidermek için 'yavaş işleyen sıcak ve nemli şeyler' verilir. Soğuk mideye hemen zencefil ve acı biber verilmemelidir.

Soğukluğun zirvesinden sıcaklığın zirvesine doğru yönelmek, sevda yapar. Yüksek sevda, çok sıcak bir ortamdan çok soğuk bir ortama gittiğimizde oluşur ya da tam tersi. Sıcak saunadan çıkıp soğuk saunaya geçtiğimizde de durum böyledir. Bu olay midede gerçekleşir. Bu yüzden hasta şöyle der, 'Midemde yanma hissediyorum, bazen bıçak saplanıyormuş gibi oluyor.' Yanma bizim ürettiğimiz sevdanın geçişi demektir.

Hastanın hızla iyileşmesi için, çok sıcak şeyler vermekten kaçınmalıyız, yavaş işleyen sıcaklıklar ve sürülerek uygulanan aparatlar verilmelidir.

Uyarı: Turşunun içerisinde acılık olmazsa, turşu çok soğuk olur. Eğer acılık katmışsanız, 'yavaş soğuk' olur, böylece turşusu karaciğere acılığıysa mideye yararlıdır.

Sıcak ve yaş olanlara bir örnek: Abgoosht, bal şerbeti, incir, buğday ve arpa çorbası (arpa çorbası tek başına soğuktur ve zeytin yağla pişirilmişse ve acı baharatlar da katılmışsa mutedil olur.)

NOT: Gıda bölümü burada sonlanmıştır. Bir sonraki bölüm 'kupa terapisi' de dediğimiz 'kuru hacamat' ile devam edecektir.

Mizacını Tanı Kitabı (Sekizinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Sekizinci Bölüm)

10 Kasım 2017

Kupa Terapi

Kuru Hacamat ya da Kupa Terapi iki ana başlıkta incelenir:

1. Soğuk Kupa Terapi: Bu yöntemde, vakum pompası (elektriksel ya da mekaniksel emme) aracılığıyla gereken boşluk ateş ve sıcaklık olmadan vücutta sağlanır. Etkisi %30-40 oranında, sıcak kupa terapisine göre azdır.

2. Sıcak Kupa Terapi: Bu yöntemde, vücudun farklı noktalarına şöyle ki vücuttaki damarların genişlemesi ve damar tıkanıklıklarının savılması ve bedene giren toksinin tüm vücuda yayılmasını önleme amacıyla bir noktada odaklandırarak, oksijen enjektesi ve derin masajla ki böyle bir durumda kupanın vücut yüzeyinde şişkin kasla birlikte dönmesiyle kolektif olur, kupa çekme uygulanır.

Sıcak Kupa Terapisi

Sıcak kupa terapisinde farklı metotlar izlenir. Biz burada iki metodu anlatacağız:

1. Pamuğu makasın uç kısmına koyun ve makası kapatın ve pamuğu alkolleyin ve ateşleyin ve bardağın içerisine götürün ve sonra makas ucundaki ateşlenen pamuğu bardağın içinden alın ve hemen o anda bardağın içerisindeki hava değişmeden hızlıca bardağı kupa çekmek istediğiniz bölgeye bırakın.

2. Bardağın dibine bir damla kadar su damlatın, sonra bir parça pamuğu damlanın üstüne bırakın. Bardağın dibine bir damla su damlatmanızın felsefesi, bardak vücutta yerleştirildiğinde, pamuğun bardağa yapışmasını ve düşmemesini sağlamasıdır. Bu yüzden, pamuğun ıslanmaması için, su damlasının ne çok ne de az olması, kararınca olması gerekir. Sonra pamuğu ateşleyin ve bardağı kupa çekmek istediğiniz bölgeye bırakın. Ateş söndüğünde, vakum oluşacaktır. Bu metot, tüm metotlara göre daha kolaydır.

Aşağıda Belirtilen Hastalıklarda Kupa Terapi Uygulanır

1. Nefes Darlığı: Nefes darlığında, 'akciğer kupa çekme' yöntemi uygulanır. % 70 oranında iyileşme görülür. Akciğer kupa çekme, 'skapula' da denilen 'kürek kemiği kupa çekme' yöntemine göre farklılık arz eder. Akciğer kupa çekme yönteminde, bardak akciğerler üstüne yerleştirilir ancak tüm akciğerlere yerleştirilmez. Zira aynı anda bütün akciğerlere bardak yerleştirilirse, akciğerler açılamaz.

2. Bel Ağrısı: Birçoğumuz, bel bölgesinin içe doğru çökmesine bağlı olarak görülen bel ağrısından şikayetçidir. Yani belin standart eğriliği normal düzeyi aşmış vaziyettedir. Böyle bir durumda, içe çöken omurlara bardak yerleştirilir. Bu işlemle, %70 ile %90 oranında kronik ağrılar ortadan kalkar. (7 ile 14 seans)

3. Omurga Eğriliği (Skolyoz): Omurgada sağa doğru eğrilik gözlemlenirse, sol tarafa bardak yerleştirilir. Eğer eğrilik sola doğruysa, sağ tarafa bardak yerleştirilir.

4. Bel Çıkıntısı: Bel çıkıntısı halinde, çıkıntı bölgeye bardak atılır.

5. Şişmanlık: Geniş çaplı karın bölgesi kupa çekme yönteminde, bardağı göbek hariç bütün karın bölgesine yerleştiririz. Hasta kesinlikle yatar pozisyonda olmalıdır. Eğer göbek bölgesine yerleştirilirse, kalıcı ağrılara ve hatta göbek fıtığına dahi yol açabilir. Bu tür kupa çekme, lokal şişmanlığın tamamlayıcı tedavisinde kullanılır. Eğer şişmanlık, sıkı olursa, daha iyi cevap verir. Zira o bölgeye yapılan kupa, o bölgede kan dolaşımına sebep olur ve böylece o bölgenin yapım yıkım olayı gerçekleşir. (Günde bir kez olmak üzere altı ay boyunca). Şişman kişiler, tür bakımından balgam mizaçlıdırlar. Öyleyse sıcak mizaçlı gıdaları da hesaba katmalıyız. Tiroit kupa çekme yöntemi de uygulanır (7 ile 14 seans arası). Zira bu tür kişilerde tiroit yetmezliği görülür ve kısa boylu kişilerde de tiroit kupa çekme uygulanır. (18 yaş sınırına kadar iyi cevap verir.) Ancak tiroiti fazla tahrik etmemeliyiz. Bu kişilerde görülen kabızlığın da giderilmesi şart. Bölgesel yağları da kullanırız. Zira yağın sıcaklığı, o bölgeye kan ulaşımının daha fazla olmasını sağlar. Şişmanlık tedavisinde, bütün sistemden başlamalıyız, sadece bölgesel değil.

6. Kabızlık: Hastada günde bir ya da üç kere tuvalete çıkamama görülürse veya mide güçlükle çalışırsa, kabızlık var demektir. Böyle bir durumda, kabızlığı gidermek için karın ve bel bölgesine bardak çekilir. Ancak sadece bardak çekmeyle sınırlı kalınmamalıdır. Eğer hasta, sevdavi mizaca sahipse, sevda gidericiler kulllanılır veya hastada sinir bozukluğu varsa, sinir ilaçları kullanılır. Çünkü bu etkenler, kabızlıkta rol oynar. Bölgesel yağlardan da yardım alınılır; acı badem yağı gibi.

Toplumumuzda sıklıkla karşılaşılan kabızlığın bir diğer sebebiyse; sürekli pirinç tüketimidir. Zira pirinç, soğuk ve kurudur ve hazmı da kuru eder. Eğer pirincin düzenleyicisini (muslih) kullanırsak, kabızlık meydana gelmez; kimyon ve safran gibi. Hastanın kabızlığını giderdiğimizde, hastalığının %60 ını iyileştirdik demektir.

7. İdrar Retansiyonu ve İstemsiz İdrar Kaçırma: Bu gibi durumlarda karın altı ve bel bölgesine bardak atılır.

8. Enfeksiyon: Enfeksiyon çevresine bardak atılır. Zira enfeksiyon olan bölgede bağışıklık sistemi aktif değil demektir. Bardak çekme ise bağışıklık sistemini aktive eder ve ayrıca kan iletimini de artırır zira enfeksiyonun gelişimi, çoğu durumlarda kanın iletilmemesinden kaynaklanır. Enfeksiyon rahimde olursa, akşam bal vajinali ya da gezen tavuk yumurtası sarısı ve 'düsin', üzerlik otu tohumu ve nane gibi antibiyotikler kullanılır.

ÇN: Düsinin açılımı: 'Dü' Farsça'da 'iki' sayısına karşılık gelir. Elbette dü kelimesinin asıl seslenişi 'Do' şeklindedir ancak dilimize geçişinde bir takım ses değişikliğine uğramıştır. Sin ise sin harfini temsil eder. 'İki sin' olarak tanımlayabileceğimiz düsin aslında çörek otu (Farsça: Siyahdane) ve balın (Farsça: Asel) ikili karışımıdır. Elbette ikinci sin harfi asel yani balın ikinci harfinden alınmıştır. Kitabın ilerleyen bölümlerinde düsin tarifi açıklanmıştır.

9. Böbrek Koliği (Renal Kolik): Böbrek koliğinde de bardak çekme uygulanabilir. Ancak her karın ağrısı için bardak çekme uygulanmaz. Mesela, bağırsak tıkanmalarında, bağırsak dönmesi (volvulus) ve rahim içi yapışıklık gibi durumlarda bardak çekme uygulanmaz.

10. Kamburluk (Kifoz): Kamburluk tedavisinde omuz bölgesine bardak atılır ve devamlı acı badem yağıyla yağlanır.

11.Soğuk Migren Ağrısı: Omuz bölgesine bardak çekme uygulanır. Ancak sıcak migren ağrısında, omuz hacamatı devreye girer.

12. El ve Ayak Uyuşması: Uyuşmanın altında birçok neden yatar. Kan yoğunluğundan kaynaklanacağı gibi kandaki yağ oranı yüksek de çıkabilir, bir diğer etken de balgam yüksekliği olabilir. Balgamı savan yöntemlerden biri de bölgesel kupa çekmedir (günde bir kez).

13. Soğuk Algınlığı (Nezle): (Üç gün peş peşe) omuz ve boyun bölgesi sıcak mizaçlı yağlarla yağlanır, genel kupa çekme ve omza kupa çekme uygulanır, alna nane esansı sürülür ve nane esansı koklanır. Kendisini ya da ailesini hacamat edenler, soğuk algınlığına yakalanmaz, yakalansa da çok hafif bir şekilde atlatır.

14.Şiddetli Yorgunluk ve Kas Spazmı: Bölgesel bardak çekme, kasların gevşemesine neden olur, böylece spazm giderilmiş olur.

15. Soğuk Hastalıklarda: Genel bardak çekme ve omuza bardak çekme, sırtın ısınmasını sağlar ve eğer sırt bölgesi ısınırsa, tüm beden ısınmış gibi olur.

16. Diz Ağrıları: Zayıf kişilerde, diz kapağına (patella) bardak atılmaz. Zira negatif basınç, o bölgenin zarar görmesine olanak sağlayabilir ve ağrıda artışa sebep olabilir. Ama kilolu olan dizlerde ya da şişkinlik olan dizlerde diz kapağına bardak çekme uygulanabilir. Ancak hiçbir surette diz arkasına bardak atılmaz. Çünkü önemli sinir damarları diz arkasından geçer. Eğer diz arkasına bardak atılırsa, kalıcı ağrılarla sonuçlanır.

17. Artroz, Diz Ağrıları ve Diz Sesleri: Dizden gelen seslerin sebebi, eklem sıvısında azalmaya bağlıdır. Kupa çekme uyguladığımızda, tıkanıklıklar giderilir ve sıvı diz bölgesine kolayca salgılanır. Beden sıvısını düzenleyen en iyi ilaç sirkencübindir. Hem soğuk ve kuru olanlar için hem de sıcak ve kuru olanlar için etkilidir. Böylesi bir durumda üzerlik otu tohumu vermekten kaçınılmalıdır zira kuruluğu şiddetlendirir, bu yüzden nem sağlayıcı ilaçlar kullanılmalıdır; Sadırotu tohumu (bilimsel adı: Descurainia sophia), sirkencübin ve bölgesel yağlar.

18. Tiroit Yetmezliği (Hipotiroidi), Tiroidin Fazla Çalışması (Hipertiroidi) ve Tiroit Nodülü: Hipertiroidi ve sıcak tiroit nodülü durumlarında, kupa çekmenin yanında kesinlikle hacamat da uygulanmalıdır. Ancak hipotiroidi ve soğuk tiroit nodülü durumlarında sadece kupa çekmeyle yetinilir.

19.Soğuk Algınlığına Bağlı Ses Kısıklığı: Tiroit kupa çekme uygulanır. Bu durum dışında kupa çekme uygulanmamalıdır.

20. Yutma Güçlüğü: Yutkunurken sanki bir şeyin boğazda takılı kaldığı hissi vermesi ve yutma işlemini uygun gerçekleştirememe bozukluğu. Böyle bir durumda, tiroit kupa terapisi uygulanır.

21. Cinsel Yetersizlik: Kasık bölgesine içten, bel ve karın altına bardak atılır. (Hem kadınlar için hem de erkekler için uygulanabilir.) Hatta bu bölgeyi sıcak yağlarla yağlamak da yardımcı olacaktır.

22. Romatizmal Hastalıklar: Bu tür hastalıklar, vücudun tüm bağışıklık sistemini kuşatır. Vücutta birkaç noktada odaklanmış haldedirler; karaciğer, dalak, lenf düğümleri ve timus. Bu sistemlerde herhangi bir problem baş gösterdiğinde, romatolojik hastalıklar ortaya çıkar ki genelde artrit ve romatoid görülür. Biz tüm sistemi indüklemeleyiz. Eğer omuza bardak atılırsa, omuz, koltuk altı (aksilla) ve boyundaki lenf düğümlerini uyarmış sayılırız. Eğer arka kısma bardak çekme uygulanırsa, karaciğer ve dalak üzerinde etki eder. (14 ile 40 seans arası değişkenlik gösterebilir.)

Uyarı: Lenf düğümleri, sıkılaşmış yağlara denir.

23. Yumurtalık (Over) Kisti: Karın altı ve bel bölgesine bardak atılır. Kist, yumurtalıkta görülen kristalize balgamdır. Enfeksiyon da bir tür balgamdır ve balgam gidericilerden biri de kupa çekmedir. Elbette sıvı şeklinde sıkılaşmamış kistler bizim açımızdan tedavi edilebilir. Vücut ısındıktan sonraları, sakral (bel boşluğu), genel ve karın altı hacamat da uygulanır ve mümkün mertebe ameliyat yapılmamalıdır. Çünkü bazı kadınlarda bu tür operasyonlar kısırlıkla sonuçlandı ama büyük ve sıkılaşmış kistleri genellikle ameliyata yönlendiriyoruz. Sonografi genellikle kist türünü teşhis ediyor.

24. Adet Öncesi Şiddetli Ağrılar: Bu tür hastalıklarda, hastalarda yumurtalığa kupa çekmeyi ve soğuk mizaçlı gıdaları bırakmayı, üzerlik otu yutmayı ve karın altına zencefil ya da zeytin yağıyla yağlamayı öneriyoruz ve adet sonrası hacamat da yapsınlar.

Anı: Bir anne baba, kızlarının karın ağrısından yakınıyordu. Bir hafta içerisinde on yedi - on sekiz doktora götürmelerine rağmen iyileşmemişti. Sonra geleneksel tıp hekimine götürdüler. Hekim, muayene ettikten sonra, kızın rahiminde sevda biriktiğinin farkına vardı ve bu sevda birikintisi, ilk adet kanamasının gerçekleşmesine engel oluyordu. Göbek altına hacamat, kupa çekme ve sevda düzenleyici (mushil) ve tenkiyeden (lavman) sonra kız iyileşti.

25. Hormon Bozukluğu: Bu tür hastalıklarda başlıca tedavi rezenedir. Rezene kanamayı artırır, bu yüzden adet döneminde rezene kullanılmamalıdır.

26. Miyom: Şiddetli kanamalı miyomlarda, karnın alt kısmına bardak atılmamalıdır, göğüs altına bardak atılmalıdır. Eğer şiddetli kanama görülmezse, karnın alt kısmına bardak atılabilir. Elbette balgam ve sevda kaynaklı miyomlarda kupa terapi uygulanır zira hastada kansızlık gözlemlenmekte ve kanama rahatsız edici boyuttadır ancak fibrom ihtikanında (kan toplanması), fasd (damar kesme) uygulanır ki kanama durumunda rahatlatacaktır. Bazı durumlarda, rahim ihtikanının evlilikle geçtiği görülmüştür.

27. Rahim Enfeksiyonları: Karın altı kupa çekme uygulanır.

28. Prostat: Bel bölgesine bardak atılır. Yiyecek noktasında, tedavide başrolü çörek otu ve ısırgan oynar. Ayrıca bel bölgesini çörek otu yağıyla yağlamak gerekir.

29. Varikosel: Karın altına kupa çekme, çörek otu yağıyla yağlama ve genel sırt hacamatı, sakral hacamatı ve kulak arkası hacamat uygulanır.,

30. Enfeksiyonlarda, İdrar Yanması ve İstemsiz İdrar Kaçırmalarda: Karın altı kupa çekme uygulanır.

31. Bölgesel Ağrılarda: Ağrıyan bölgeye bardak atılır.

32. Yara: İyileşmeyen yaraların çevresine bardak atılır.

33. Apselerde: Apse üzerine bardak atılır ve irinden sonra kan çıkar ki bu da daha çabuk iyileşmeyi sağlar.

34. Kansızlık: Omuza, bel bölgesine, ve sakral bölgesine bardak atılır. Kupa terapi sonrası, hasta tüm bedenini menekşe yağıyla yağlar. Sonra omuzları güneşe doğru tutar. Kansızlığı şiddetli boyuta varan kimseleri hacamat ederiz ama kan alım miktarını düşük tutarız, zira hacamatın kendisi kan yapımını sağlar.

35. Kemik Erimesi (Osteoporoz): Kupa terapi uygulanır. Yiyeceklerden iğde tozu ve yumurta kabağından faydalanılır. (Yumurta kabağını toz haline getirip beş katı kadar da bal ilave edilir ve

günde bir bal kaşığı kadar yenilir.) Elbette yumurta kabuğu ısıya maruz kalmamalıdır. Böbrek taşı olanlar veya kalsiyum miktarı yüksek olanlar bu karışımı kullanmamalıdır.

36. Krizlerde ve El Felcinde: Bardağı aşağıdan yukarıya doğru çekeriz. Bu işlem, felçli organı hareketlendirir.

37. Kan Yoğunluğu: Tüm bedene özellikle de omuzlara bardak atılır.

38. Yüz Felci (Fasiyal Paralizi): Yüz felcine neden olan etken virüs olup yüz sinirini etkisi altına alır ve hastanın yüzünde eğrilik meydana getirir. Böyle bir durumda yanaklara bardak atılır ve genel sırt hacamatı yapılır ve eğer etki etmezse kulak arkası hacamat yapılır ve nihayetinde yanak hacamatından yardım alırız.

39. Burun Polibi (Nazal Polip): Aşırı düzeyde kan toplanmasından (ihtikan) meydana gelir. Bu kişiler genel olarak dem mizaçlı olduklarından aşırı kanamalar görülür. bel altı hacamat ya da fasd yapılır veya sirke buhuru verilir. Bir diğer etken de kristalize balgamdır ki böyle bir durumda yanağa bardak atılır veya kulak arkası kupa çekme uygulanır ve 'nazil damlası' kullanılır.

ÇN: Nazil damlası Üstad Hayrendiş'in ürettiği burun damlası olması gerekir. İlerleyen bölümlerde açıklaması yapılmıştır.

40. Göz Tembelliği: Göz tembelliğini giderip görme yetisini artırmak için göz çevresine bardak atılır, yanak altı ve göz yukarısına atılır.

41. Diş Ağrısı: Lokal kupa çekme uygulanır elbette tedavi edici özelliği bulunmayıp yatıştırıcı özelliktedir. Ama sülük, enfeksiyonlar için yardımcı olabilmektedir.

42. Soğuk Bağ Ağrısı: Alın bölgesine bardak atılır.

43 Kist: Göğüs kitlelerinde ve fibrokistik yapılı memede, göğse bardak atılır. Bu tür bardak çekme uzmanlık gerektirmektedir. Omuza bardak çekme de yardımcı olur. Ancak meme kanserinde kupa terapi uygulanmaz.

44. Göğüsleri Büyütme: Göğse bardak atılır.

45. Rahim Kanamalarının Kontrolü: Göğüs altı kupa çekme uygulanır.

46. Burun Kanamalarını Durdurma: Kan burnun sağ deliğinden geliyorsa, bardak yüzün sol tarafına atılır ve eğer burnun sol deliğinden geliyorsa, bardak yüzün sağ tarafına atılır eğer iki delikten de kan geliyorsa yüzün iki tarafına da bardak atılır.

47. Karaciğer Enzimleri Bozukluğu: Gözün sararması şeklinde kendini gösterir. Hem karaciğere kupa çekme ve hem de karaciğer hacamatı uygulanır.

48. Karaciğer Kanallarında Tıkanıklık: Tıkanan bölgeye özellikle karaciğere bardak atılır.

49. Böbrek Taşı Giderme, İdrar Yolu Enfeksiyonu veya Yanma: Öncelikle sıcak kupa çekmeyi böbreklerden idrar torbasına doğru kaydırırız ki eğer taş varsa düşsün ve sonra böbrek hacamatı yapılır.

Uyarı:Kupa terapi, 6-7 mm boyutunda böbrek taşları için uygundur. Ancak 1 cm boyutunda veya daha büyük yapılı taşlarda ağrının artmasına sebep olur.

50. Kan Basıncı (Tansiyon): Böbreklerden kaynaklıysa, tedavi için böbreklere bardak atılır ve iki böbreğe de hacamat yapılır (1 hafta aralıkla). Bazı tansiyonlar hacamatla düşmez. Öyleyse böbrek ve iki diz kapağı arkasına hacamat yapılır. Aç karnına sarımsak yeme, tansiyonun düşmesine yardımcı olur. Tansiyonun asıl tedavilerinden bir diğeri de ‘el fasdi’ dir.

ÇN: Diz kapağı arkası hacamatın yeri; kişi kendisine göre bir karış ‘lateral malleol’dan yukarı doğru kas çıkıntısına doğru hesaplar. Kasın ortasından kan alınmalıdır. Lateral malleol, ayak bileğinin dış kısmında olan kemik çıkıntısıdır. Fibula denilen baldır kemiğinin alt kısmı ayak bileği ekleminin dış kısmını oluşturur.

51. Hıltın Bir Organdan Başka Bir Organa Aktarılması İçin: Kupa terapi uygulanır.

52. Maddenin İç Bölgelerden Yüzeye Taşınması: Kupa terapi yardımcı olacaktır.

53. Organda Gaz Oluşumunun Giderilmesi: Gaz oluşan bölgeye bardak atılır.

54. Çıkan Uzvun Tekrar Yerine Oturtulması: Çıkan uzva bardak atılır.

55. Kulunç: Omuza bardak atılır. Eğer yedi ile 14 seans yapılmasına karşın tedavi yanıt vermezse, genel sırt hacamatı sonuç verecektir.

Kupa Terapide Gereken Şartlar

1. Kupa çekmede, şahsın sırt üstü yatması uygundur. Sonra kupa çekilecek bölgeyi yağlarız (acı badem yağı ya da zeytin yağı). Eğer yağlanmazsa, cilt hasar görür.

2. Kupa terapi süresi normal bireylerde 15 dakikadır.

3. Karaciğer ve tiroit kupa terapisi, on dakikadan daha az sürmelidir zira bu bölgedeki dokularda sağlam koruma bulunmaz.

4. Bardaklar birbirine bitişik şekilde olmamalıdır zira morarma görülür.

5. Günde bir kere olmak üzere bardak çekme en iyi vakittir, eğer az ya da çok olursa beklenen etkiyi göstermez ama bağımlılar için her gün kupa terapi uygulanabilir.

6. Kupa terapi seansı, hastalığın türüne göre değişkenlik gösterir. Kronik bir hastalık söz konusuysa seans sayısı fazla olmalıdır ama soğuk algınlığında iki ya da üç seans yeterli olacaktır. Seansları şu şekilde belirleyin: (3 seans, 7 seans, 14 seans, 40 seans).

7. Vakum miktarının belli bir sınırı yok. Cildin ince ya da kalın oluşuna bağlıdır. Ağrı duyulmayacak şekilde olmalıdır. Çok da az olmasın ki etkisini gösterebilsin.

Kupa Terapinin Etkileri

1. Ağrıyı sakinleştirir.

2. Kasları gevşetir ve damar tıkanıklıklarını giderir.

3. Kan iletimini sağlar.

4. Spazmı giderir.

5. Bölgesel tıkanıklıkları giderir.

6. Oksijen iletimini sağlar.

7. Bölgesel sıcaklık oluşturur.

8. Toksinleri dışarı atar.

9. Bağışıklık sistemini güçlendirir.

NOT: Kupa Terapi bir sonraki bölümde görsel olarak devam edecektir. 10. Bölüm'deyse hacamata yer verilecektir.

Mizacını Tanı Kitabı (Dokuzuncu Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Dokuzuncu Bölüm)

17 Kasım 2017

Kupa Terapisinde Görülebilecek Yan Etkiler

1. Tiroit üzerine limiti aşkın bardak atılırsa, tiroit büyümesine ve diğer problemlere yol açar.

2. Tiroid krizi ya da fırtınası halinde kupa terapi uygulanmamalıdır. Eğer uygulanırsa, vakit kaybetmeden genel sırt hacamatı ya da çene hacamatı yapılmalıdır.

3. Göbek üzerine bardak atılırsa, göbek ağrısı yapar.

Uyarı: Kupa terapi aslına bakılırsa bir tür kuvvetli fizyoterapidir diyebiliriz.

Kupa terapi, soğuk mizaçlı hastalar için yapılır, sıcak mizaçlı hastalara hacamat uygundur.

Ameliyat olan hastalar için, ameliyatın yapılış tarihinden üç ile altı ay kadar süre geçmesi gerekir, süre dolunca söz konusu bölgenin çevresine bardak atılır.

Kemik iliği, immün sistemi hücreleri üretir, kupa terapiyle üretim işlemi desteklenmiş olur. Vücudun herhangi bir bölgesi enfeksiyona maruz kalırsa, bu durum o bölgenin savunma sisteminin zayıf olduğunu gösterir, kupa terapiyle savunma sistemine destek göndermeliyiz ya da hastanın sinüziti olabilir ki bu, sinüslerin immün savunmasının zayıf olduğunun göstergesidir, kupa terapiyle takviye edilmelidir.

Kupa Terapi Endikasyonları

Kupa terapinin başlangıcında ilk olarak, kupa atılacak bölgeye sıcak tabiatlı yağlarla iyi bir biçimde masaj yapılır ve sonrasında kupa çekme evresine geçilir. Aşağıda, kupa terapinin çeşitli metotlarını ve sağlığa etkilerini inceleyeceğiz:

1. Geniş Çaplı Karın Kupa Terapisi

2. Balgam olan kişilerde fazla kilodan kurtulmak için tamamlayıcı tedavi (karın altı yağları)

3. Mide ülseri için tamamlayıcı tedavi

4. Nörojenik mesane için tamamlayıcı tedavi niteliği taşır.

5. Genital enfeksiyonlar için tamamlayıcı tedavi

6. Karınsal ve renal kolikler için tamamlayıcı tedavi

7. Belirsiz karın ağrıları için tamamlayıcı tedavi

8. Apandisit için tamamlayıcı tedavi (Apandis bölgesine kupa terapi uygulanır.)

2. Diz Kupa Terapisi

1. Diz ekleminden gelen sesler için tamamlayıcı tedavi

2. Balgam mizaçlılarda diz artrozu (kireçlenmesi) için tamamlayıcı tedavi (yaş yapıda ağrı ve şişkinlik)

Uyarı: Kupa terapi öncesi, çörek otu yağıyla ya da acı badem yağıyla masaj yapılmalıdır.

3. Alın Kupa Terapisi

1. Sinirsel baş ağrısı için tamamlayıcı tedavi

2. Akut ve kronik sinüzit için tamamlayıcı tedavi, 'nazil damlası'* ilaveli ya da nane esansıyla birlikte olacak şekilde veya her ikisinin buhuru.

*Dipnot: Nazil damlası, üstadın kendisinin ürettiği bir damladır. Bazı aktarcılarda bulabilirsiniz (İran için geçerlidir.) Kullanım şekli, çörek otu yağının kullanım şekliyle aynı olup sinüzit bölümünde açıklanmıştır.

3. Soğuk tipli migren ağrılarını kontrol eder, alına nane esansı sürün. (Sıcak tipli migren ağrılarını şiddetlendirici etkisi vardır.)

4. Yanak Kupa Terapisi

1. Bell felci (yüz felci) için tamamlayıcı tedavi

2. Burun polibi için tamamlayıcı tedavi (7 aşamada kupa çekme + 2 aşamada nazil damlası + 1 aşamada genel sırt hacamatı)

3. Görme bozuklukları için tamamlayıcı tedavi

4. Bölgesel enfeksiyonlar için tamamlayıcı tedavi

5. Sinüsler için tamamlayıcı tedavi

6. Diş enfeksiyonları için tamamlayıcı tedavi

5. Kasık Bölgesi Kupa Terapisi

1. Cinsel yetersizlik için tamamlayıcı tedavi (her iki cins için)

Kasığın iç bölgesine kupa terapisi uygulanmalıdır.

6. Geniş Çaplı Omuz Kupa Terapisi

1. Soğuk tipte artroz tedavisi

2. Kamburluk (Kifoz) tedavisi, acı badem yağıyla birlikte

3. Soğuk algınlığı tedavisi

4. Migren ağrısı için tamamlayıcı tedavi

5. Aşırı yorgunluğu gidermek için

6. El ağrıları için tamamlayıcı tedavi

7. Soğuk mizaçlı kişilerde, el uyuşmasını gidermek için

8. Soğuk mizaçlı kişilerde, hacamatın mümkün olmadığı durumlarda, hacamat yerine kupa terapisi uygulanır. (Kadınların regl dönemleri gibi.)

7. Kaydırmalı Böbrek Kupa Terapisi

1. Böbrek taşı için tamamlayıcı tedavi (taş düşürme)

2. Böbrek hastalıklarında tamamlayıcı tedavi

8. Tiroit Kupa Terapisi

1. Hipertiroidi için tamamlayıcı tedavi

2. Hipotiroidi için tamamlayıcı tedavi

3. Soğuk mizacın dengelenmesi için (yağlamayla birlikte)

4. Boğaz, gırtlak ve sinir hastalıklarının bölgesel tedavisinde

5. Larenjit (gırtlak iltihaplanması) için tamamlayıcı tedavi

6. Ses sanatçılarının sesinin düzelmesi için

7. Kasların istemsiz kasılmasında tamamlayıcı tedavi olarak

8. Tiz sesin bass sese (ince sesin kalın sese) dönüşümü için

9. Tiroid nodülleri için tamamlayıcı tedavi

10. Tiroid fırtınası için tamamlayıcı tedavi

11. Tiroidit (Tiroid bezi iltihabı) için tamamlayıcı tedavi

12. Boy kısalığı için tamamlayıcı tedavi

13. Balgam kaynaklı şişmanlık tedavisi

14. Boğazda hissedilen kitle tedavisi

15. Basit guatr için tamamlayıcı tedavi

Uyarı: Bu kupa terapisi uzman tarafından uygulanmalıdır.

9. Pubis Bölgesi (Çatı Kemiği) Kupa Terapisi

1. Prostat için tamamlayıcı tedavi

2. Oligospermi ve azospermi için tamamlayıcı tedavi.

3. Üroloji sorunları için tamamlayıcı tedavi

4. Varikosel için tamamlayıcı tedavi

5. Kabızlık için tamamlayıcı tedavi

6. Kısırlık (infertilite) için tamamlayıcı tedavi

7. İstemsiz idrar kaçırma için tamamlayıcı tedavi

8. İdrar yolu darlığı için tamamlayıcı tedavi

9. İdrar yolu enfeksiyonu için tamamlayıcı tedavi

10. Bilinmeyen bir sebeple karşılaşılan idrar yaparken yanma hissi için tamamlayıcı tedavi

10. Böbrek Kupa Terapisi

1. Böbrek hastalıkları için tamamlayıcı tedavi

2. İdrar yolu enfeksiyonu için tamamlayıcı tedavi

3. Sistemik hipertansiyon için tamamlayıcı tedavi

4. Renal kolik için tamamlayıcı tedavi

5. Böbrek taşının giderilmesinde tamamlayıcı tedavi

11. Romatizma Kupa Terapisi

1. Romarizmal rahatsızlıkların tedavisinde

2. Eklem ağrılarının yatışması ve eklem iltihabının giderilmesi için

Uyarı: Bu tip kupa çekme, sırasıyla, yukarıdan aşağıya ve soldan sağa doğru uygulanmalıdır, kupaları kaldırırken de aynı sıra takip edilmelidir. Aksi halde ağrı bazı bölgelerde kalabilir.

12. Siyatik Sinir Yolu Kupa Terapisi

1. Siyatalji (Siyatik ağrısı) için tamamlayıcı tedavi

2. Siyatik ağrısını geçici olarak yatıştırır.

Uyarı: Kupa terapisinin iyi bir şekilde gerçekleşmesi için siyatik sinir yolunu çörek otu ya da acı badem yağıyla yağlayın.

13. Yumurtalık (Over) Kupa Terapisi

1. Yumurtalık kisti tedavisi

2. Dismenora (ağrılı adet) için tamamlayıcı tedavi

3. Adet düzensizliği tedavisi

4. Bir takım kısırlık durumları için tamamlayıcı tedavi

5. Hormon bozukluğu için tamamlayıcı tedavi

14. Bölgesel (Lokal) Kupa Terapisi

1. Kas spazmı tedavisinde

2. Şiddetli balgamı gidermek için

3. Kemik kırılması için tamamlayıcı tedavi

4. Bölgesel şişmanlığın kazanımı için bölgesel kan iletiminde

5. İltihaplı akne ve apsenin arındırılması

6. Bedenin belli bir bölgsinden yabancı maddenin çıkartılması

7. Yanık ve yaranın iyileşme sürecini hızlandırmak için

8. Bölgesel artroza yardımcı olarak

15. Göğüs Kupa Terapisi

1. Nefes darlığı ve astım hastalığı için tamamlayıcı tedavi

2. Göğüste görülen kistler için tamamlayıcı tedavi

3. Göğüste beliren kitleler için tamamlayıcı tedavi

4. Göğüslerin dolgunlaşması için

16. Göğüs Altı Kupa Terapisi

1. Aşırı adet kanaması (Menoraji) için tamamlayıcı tedavi

2. Göğüste oluşan kist ve kitleler için tamamlayıcı tedavi

3. Göğüs iltihabı tedavisi

4. Göğüslerin dolgunlaşması için

5. Epistaksis (burun kanaması) için tamamlayıcı tedavi

17. Kaygan Kupa Terapisi

1. Beyin krizinden (inme) kaynaklanan felç için tamamlayıcı tedavi

2. Bağımlılığı bırakmak için tamamlayıcı tedavi

3. Kas spazmı için tamamlayıcı tedavi

4. Fizyoterapide bir tür tamamlayıcı eylem

5. Damar tıkanıklığı için tamamlayıcı tedavi

6. Mutluluk verici

7. Kan yoğunluğu yüksek çıkan kişiler için zaruridir

18. Kan Yapan Kupa Terapisi

1. Kansızlık için tamamlayıcı tedavi

2. Kemik erimesini önlemek için

3. Boy kısalığı için tamamlayıcı tedavi

19. Güneş Şekilli Kupa Terapisi

1. Kan yoğunluğu yüksek olan kişilerde ağır hacamatın başlangıcı için

2. Kalın derili kişilerde, hacamat öncesi yapılmalıdır.

3. Kalp krizi geçiren hastalar için uygundur. (Hacamat öncesi gereklidir.)

20. Karaciğer Kupa Terapisi

1. Hepatit türleri için tamamlayıcı tedavi

2. Karaciğer enzimlerin düzenlenmesi için tamamlayıcı tedavi

3. Karaciğer kanseri için tamamlayıcı tedavi

4. Safra kesesi iltihabı (Kolesistit) için tamamlayıcı tedavi

21. Akciğer Apeks* ve Bazalı* Kupa Terapisi

*Apeks: Tepe noktası

*Bazal: Taban

1. Nefes darlığı için tamamlayıcı tedavi

2. Vital kapasite ve akciğer hacimlerinin artırılması için

3. Astım için tamamlayıcı tedavi

4. Akciğer tıkanıklığı için tamamlayıcı tedavi

22. Geniş Çaplı Akciğer Kupa Terapisi

1. Şiddetli astım için tamamlayıcı tedavi

2. Kimyasal zehirlenme için tamamlayıcı tedavi

3. Zehirlenme için tamamlayıcı tedavi

4. Grip (enflüanza) için tamamlayıcı tedavi

5. Sindirim bozuklukları için tamamlayıcı tedavi

23. Disk Kupa Terapisi

1. Lomber Diskopati (bel fıtığı) için tamamlayıcı tedavi

2. Siyatalji (Siyatik ağrısı) için tamamlayıcı tedavi

3. Bel kaslarının takviyesi için

4. Spazmdan kaynaklanan bel ağrısı tedavisinde

5. Cinsel gücü artırmada

NOT: Kupa terapisi ve dokuzuncu bölüm burada sonlanmıştır. Bir sonraki bölüm 'Hacamat' üzerinedir. Ancak tanıtıcı olması açısından hacamata kısa bir giriş yapacağız. Hacamat bölümü şöyle başlıyor:

İmam Ali (as) şöyle buyurur: Resulullah (s.a.a) kendisine erişen her dert için hacamattan destek alırdı.

Hacamat

Hacamat eskiden beri İran'da yaygın olan tıbbi bir işlemdir. Farklı toplumsal sınıflar hacamata başvurmaktaydı. Yaklaşık milattan 3300 yıl önce hacamat, Makedonya'da uygulanmaktaydı ve o devirde doktor hacamatla tanınmaktaydı yani doktor hacamat yapmıyorsa onu doktor olarak görmezlerdi.

Hacamat, önce İran'da yaygınlaştı ve sonraları diğer ülkelere yayıldı. Akupunktur tedavisi, yaklaşık olarak milattan 2600 yıl önce Çin'de yaygınlaştı ki vücudun değişik 600 noktasını tahrik ediyor ve akupunkturu gerçekleştiriyorlardı.

İslam dininde ise, hacamat Miraç gecesi tam şekliyle Resulullah'a (s.a.a) bahşedildi. Hacamat maneviyatla iç içe olduğundan hacamat yapılırken okunması için dua tavsiye edilmiştir ki beden ve ruhu sağlıklı kılabilir.

Sağlıklı ömürler

NOT: Kupa terapisi resmi, tertibe göre dizayn edilmiştir, inşallah ilerlerleyen zamanda görselin kaliteli biçimi eklenecektir. Şimdilik iktifa edelim. Ayrıca görseli indirdiğiniz surette görselin dikdörtgen boyutuna erişebilirsiniz.

Mizacını Tanı Kitabı (Onuncu Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Onuncu Bölüm)

24 Kasım 2017

İmam Ali (as) şöyle buyurur: Resulullah (s.a.a) kendisine erişen her dert için hacamattan destek alırdı.

Hacamat

Hacamat eskiden beridir İran'da yaygın olan çeşitli toplumsal sınıfların başvurduğu tıbbi bir işlemdir. Yaklaşık milattan 3300 yıl önce hacamat, Makedonya'da uygulanmaktaydı ve o devirde doktorlar hacamatla tanınmaktaydı yani doktor hacamat yapmıyorsa onu doktor olarak görmezlerdi.

Hacamat, önce İran'da yaygınlaştı ve sonraları diğer ülkelere yayıldı. Akupunktur tedavisi, yaklaşık olarak milattan 2600 yıl önce Çin'de yaygınlaştı ki vücudun değişik 600 noktasını tahrik ediyor ve akupunkturu gerçekleştiriyorlardı.

İslam dininde ise, hacamat Miraç gecesi tam şekliyle Resulullah'a (s.a.a) bahşedildi. Hacamat maneviyatla iç içe olduğundan hacamat yapılırken okunması için dua tavsiye edilmiştir ki beden ve ruh sağlığı noktasında olumlu etki edebilir.

Meşhed'de görev yapmakta olan doktorlardan biri yüz kişiye hacamat yaptı, elli kişiye besmele ve dua ile yaparken kalan elli kişiye de besmelesiz ve duasız hacamat yaptı. Besmele ve dua ile hacamat yaptıkları kişiler tamamen iyileşirken besmelesiz ve duasız hacamat olanlar kısmi olarak tedavi olmuşlardı.

Hacamat en iyi uygulamadır. Kaynaklarda ‘hacamat’ lafzı geçerse, kasıt kupa çekmedir, ‘şart’ lafzı geçerse, kasıt kan alma yoluyla gerçekleştirilen hacamattır.

Hacamat, aşı devrine son verebilir ve artık aşı sistemine gerek duyulmaz.

Hacamatta, iltihap, kaşıntı ve kan alma olması gerekir. İltihap, vücudun savunma sistemini desteklekleyici role sahiptir. Kupa terapiyle ise, balgam kana dönüşür.

Hacamat Duası

بِسم الله الرَحمنِ الرَحيمِ

اَعُوذُ بِاللهِ الكَريِمِ فِى حِجامَتى مِنَ العَينِ فِى الدَمِ و مِن كُل سُوءٍ وَ اَعلالٍ و اَمراضٍ و اسقامٍ و اوجاعٍ و اَسئلُک العافيةَ و المُعافاةً و الشفاءَ من كُلَ داءٍ

Bismillahirrahmanirrahim

Yapmakta olduğum hacamatta, kanın sapmasından ve tüm kötülüklerden, zaaflardan, bedensel ve ruhsal hastalıklardan, ağrılardan Sana sığınırım ve Sen’den afiyet ve afiyet gereçlerini ve tüm hastalıkların şifasını diliyorum.

Safra hafif olduğundan yukarı çıkar ve yüzeyde yer alır. Hacamat neşteriyle çizik attığımızda ilk çıkan şey safradır. Sıcak ve kuru çıktığında, onun yerine soğuk ve kuru gelir, o halde hacamat soğuk ve kurudur.

Eğer ehlat galebesi oluşmuşsa, hacamatla ehlatı savın, hacamattan korkuyorsanız sirkencübin verin.

İslami Geleneksel Tıp’ta Hacamat genel olarak iki kısıma ayrılır:

1. Kuru Hacamat (Kupa Terapi): Kupa Terapi bölümünde açıklanmıştır.

2. Yaş Hacamat: Bu yöntemde, bedenin herhangi bir bölgesinde birkaç dakika süresince sabit vakumlama uygulanır ve ardından ciltte birkaç yüzeysel çizik atılır ve tekrardan vakum uygulanır ki

vakumlama art arda üç ile beş merhale şeklinde gerçekleşir ve her merhale üç beş dakika kadar sürer. Vakum yardımıyla, damarlarda genişleme ve emme gerçekleşir ve yüseysel çiziklerle kan alınır. Alınan kanın toplam miktarı 50 ile 100 cc arasıdır.

Hacamat Çeşitleri

Genel Hacamat

İki kürek kemiği arası, yaklaşık olarak üçüncü ile beşinci sırt omurları hizasını kapsamaktadır. Hacamat kupası tam tamına orta çizgiye denk gelecek. Hadislerde ve rivayetlerde 'nafi (kazançlı) hacamat' olarak anılmıştır.

Baş Hacamatı

Bu tür hacamatın tam olarak yeri, hacamat yapacak olan şahsın kendi hesabına göre burun noktasından bir karış bıngıldağa doğru gelecek şekildedir.Bu tip hacamatta, şahıs bağdaş kurup oturmalıdır. Rivayetlerde 'kurtarıcı hacamat' olarak anılmıştır.

Bel ya da Sakral Hacamatı

Bu tip hacamat, bel boşluğunda, omurganın bitiş noktasında, yaklaşık olarak L5-S1* arası yapılır.

ÇN: L5, beşinci Lomber yani bel omurunun kısaltılmış şekli, S1 ise birinci Sakral yani sağrı bölgesinde yer alan birinci omur manasına gelir. İnsan vücudunda toplamda otuz üç omur bulunur.

Bu tip hacamatta oturma şekli, baş hacamatında olduğu gibi bağdaş kurma şeklindedir. Bel hacamatında atılan çizikler oldukça fazla olup uzunluğu ise yaklaşık olarak yarım santimetre kadardır. Bel hacamatı, rivayetlerde 'salıverici hacamat'* olarak geçer.

*ÇN: (Elbette rivayetlere göre, bel hacamatı ve baş hacamatı aşağı yukarı birbirine yakın anlamlar taşıyor. Ancak baş hacamatı için 'necat' tabiri geçerken bel hacamatı için 'reha' tabiri geçer. Çeviri noktasında, hadislerin çevirisinde rahat stil tercih edemediğimiz için, hadislere kelime kelime bağlı kalmak mecburiyetindeyiz. Konu açılmışken, bir yerde karşılaştığım bir mevzudan bahsedeyim. Kuran çevirisinde 'rızvan' kelimesini 'razı olmak' şeklinde çevirirler. Halbuki 'rızvan' 'karşılıklı razı olmak' manasındadır. Birçok konuda, yakın anlamlar tercih edilmiştir. Tam bu noktada da söz konusu hadis olunca ihtiyat etme ihtiyacı hissettim. Elbette, başka kaynaklara da bakmak gerekir.)

Bir başka husus da şu ki sakral hacamatı olan bazı kişilerde şiddetli tansiyon düşüklüğüyle karşılaşılmıştır. Buna göre, usulen tansiyonu düşüren yöntemlerden biri olarak kabul edilir.

Baldır Hacamatı

Bu tip hacamatın yeri, hacamat olacak kişinin kendi hesaplamasına göre, dış malleolden (ayak ekleminin dış kısmında yer alan çıkıntı) arka baldıra bir karış gelecek şekildedir. Hacamat olacak kişi, sandalyede oturmalıdır.

Kulak Kepçesi Hacamatı

Bu tür hacamatın tam olarak yeri kulak kepçesinin dış kısmıdır ve bu tip hacamatta kupa kullanılmaz. Çizikler tamamen yüzeysel olur ve bir ile üç cc arası kan gelir. Çizik sayısı çocukta görülen sarılığın şiddetine göre yedi ile on dört arası değişkenlik gösterir.

Mastoid Hacamatı

Kulak arkasında mastoid kemiğine yapılan hacamat çeşididir. Bu türden hacamatta çizgiler için iğnesel bir tarz izlenmelidir ve iki ile üç merhalede kan alınır.

Çene Altı Hacamatı

Çene bölgesine, mandible (alt çene) kemiğine uygulanır.

Kürek Kemiği Hacamatı

Bu tür hacamatın tam olarak yeri, omzun iki tarafında, acromion kemiği üzerindedir. Bu tür hacamatta, diğer hacamatların aksine, iki kupayı birlikte yerleştirip iki hacamat aynı anda yerine getirilir.

Alerji Hacamatı

Bu hacamat türünün yeri, sırt hacamatıyla aynıdır. Şu farkla ki bu tür hacamatta hiçbir şekilde antiseptik madde kullanılmamalıdır. Ayrıca alerji hacamatında, çizik sayısı, sırt hacamatına göre oldukça fazla olup çizik uzunluğu ise kısadır.

Akciğer Bazalı Hacamatı

Bu hacamat türünün yeri, akciğerin bazal (taban) kısmıdır. Kişiye göre, hacamat her iki akciğere aynı anda uygulanabileceği gibi yalnızca bir akciğere de uygulanabilir.

Böbrek Hacamatı

Hacamatın yeri, omurganın iki tarafında, on ikinci sırt omuru ve birinci bel omuru hizasındadır.

Karaciğer Hacamatı

Hacamatın yeri, gövde arkası sağ kısımda on ikinci kaburga kemiği hizasındadır.

Diz Hacamatı

Hacamatın yeri, dizin iki yanı ve yukarı kısmıdır, hacamat hastanın dizinin durumuna ve söz konusu soruna göre değişir.

Beynü'l-kab ü el-ergub Hacamatı

Hacamat yeri, topuk ve dış malleol arasıdır.

Temporal (Şakak) Hacamatı

Bu tür hacamat, bulanık görme, katarakt ve glokom (karasu) gibi göz rahatsızlıklarının giderilmesinde uygulanır. Çok ufak ve iğnesel çizikler atılır ve iki ile üç merhale kan alınır. Hacamat kupası küçük olmalıdır ve oluşan negatif basınçta aşırıya kaçılmamalıdır.

Bölgesel Hacamat

Bu tür hacamat, sorun yaşanan bölgeye uygulanır.

Eksiksiz Bir Hacamatın Aşamaları

Hacamat işlemi yapılırken dikkat edilmesi gereken hususlardan biri çiziklerin deri altına erişmemesidir. Çizikler, Langer çizgileri hizasına uyumlu bir şekilde gerçekleşmelidir, böylelikle çabuk iyileşir ve deride çizik izi daha az kalır.

Hacamat yapılacak bölgenin hazırlığı için sıkı kas tipine sahip kişilerde kan alımı daha çok gereklidir. Yağlama, masaj ve kupa çekme tekniği tavsiye edilir. Çizik atılmadan önce üç ile beş dakika kadar hacamat bölgesine ve çevresine kupa çekme uygulanmalıdır (vakum işlemi) ki böylelikle damarların genişlemesi ve kanın bölgede toplanması sağlanır.

Hacamatta Kupa Çekme Yöntemi

Bu yöntemde, öncelikle hacamat bölgesini yağlarız ve sonra hacamat kupasını hacamat bölgesine yerleştiririz, ilk başta on beş saniye kadar zayıf bir kupa çekme (vakumlama) izlenir ardından kupa kaldırılır. Kupa kaldırıldıktan sonra on beş saniye beklenir. Sonra yeniden kupa bölgeye yerleştirilir ve bu kez otuz saniye süresince, daha kuvvetli bir şekilde vakum işlemini gerçekleştiririz. Sonra bardağı kaldırır ve kaldırdıktan sonra otuz saniye bekleriz. Üçüncü kez vakum işlemini tekrarlarız. Bu aşamada, bir dakika kadar vakum işlemini gerçekleştiririz. Ayrıca vakum gücünü biraz daha artırırız. Bölge iyi bir şekilde kabarıp kızarmadığı takdirde, otuz saniye ve bir dakika aşamasını yeniden yineleriz.

Kesi Atma Şekli

Kesi atarken birkaç hususa dikkat ediniz:

1. Çiziklerin ya da kesinin geneli yüzeyseldir.

2. Çizik uzunluğu kısa olup yaklaşık olarak sekiz ile on dört milimetre arası olmalıdır ama kadınlarda çizikler daha ince olmalıdır.

3. İlk etapta kabarık bölgeye atılacak çizik sayısı en az yedi adet olmalıdır.

4. Daha çok kan almaya ihtiyaç duyulursa, ilk attığınız çizikler arasında daha derin ve daha kısa, ilave birkaç çizik daha atabilirsiniz.

5. Antiseptik maddenin, çizik atmadan önce ve sonra sürülmesi gerekir.

6. Kupa kaldırıldıktan sonra, bölgesel uyuşmadan yararlanmak için vakit kaybetmeden çizik atılır.

7. Jilet ya da her türlü kesi aletinin tutuş açısı beden yüzeyine otuz derece olmalıdır. Böyle olunca damar yüzey alanı daha çok kesilir ve iyileşme çabuk gerçekleşir.

8. Baş, bel, baldır, ve diğer bölgesel hacamatlara atılan çiziklerin ince olması gerekir. Bu yüzden çiziklerin uzunluğu iki ile üç milimetre kadar olup, dokuz ile yirmi bir adet çizik atılmalıdır.

9. Alerji hacamatında, iğnesel çiziklerin sayısı, kırka kadar çıkar ki alerjen madde kolaylıkla deriye cezbolması için. Çene altı hacamatta, kürek kemiği hacamatında veya herhangi bir bölgeye yapılacak hacamatta, hacamat izinin kalmamasını istiyorsanız çizik atma şeklinin iğnesel olması gerekir.

10. Çocuklarda uygulanan hacamatın beş milimetre uzunluğu aşmaması gerekir ve çok fazla kan alımı çocuklarda gerekmez, elbette özel durumlar dışında.

11. Kesi derinliği sınırın altında kalmamalıdır zira bölgede toplanan kan tamamen boşalmaz ve haliyle yapılan hacamat da etkisiz ya da az etkili olacaktır. Aksine, kesi derinliği fazla olursa hastanın ağrısı artar ve yaranın iyileşmesi zaman alır. Kesi atılırken ne kadar hızlı olunursa ağrı da o kadar az hissedilir.

12. Kişilerde kan yoğunluğu ve deri kalınlığı fark ettiğinden, en iyisi ilk kesiyi attığınızda iki üç saniye bekleyin ve bakın, eğer kesi yerinde kan yavaşça toplanırsa yani kesi derinliği az demektir ve geri kalan kesileri daha güçlü atarız ancak kan hızlı bir şekilde yara yerinden akış gösterirse, kesi derinliğinin çok olduğunu gösterir ve geri kalan kesileri daha yavaş atarız. Balgam mizaçlı kişilerde, kanın çıkması için çizikler derin olmalıdır.

13. İki tip insanda kesiyi derin tutun: Birincisi, kan galebesi belirtisi olan kişilerde ki böyle olan kişilerde daha fazla kan alımına ihtiyaç duyulur. İkincisi, kanı yoğun olan kişilerde zira yüzeysel kesi uygulanırsa, kan çabuk pıhtılaşır ama kansızlığı olan hastalarda yüzeysel kesi metodu izlenir.

NOT: On birinci bölümde de hacamattan devam edeceğiz. On ikinci bölümde 'sülük terapi' ve 'fasd - damar kesme' işlenecek. Sonraki bölümlerde genel konular işleniyor.

Mizacını Tanı Kitabı (On Birinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Birinci Bölüm)

02 Aralık 2017

Kan Alım Aşamaları

1. Kan alımı, hacamat vakumu üç aşamadan az olmamak kaydıyla gerçekleştirilmelidir.

2. Her aşama 3 dakika ya da maksimum 5 dakika kadar sürer, elbette süre, hastanın cilt durumunun uyumuna ve kan alım hedefine göre değişir.

3. İki durumda, üç dakikadan önce hacamat kupasını boşaltın:

a.) Hacamat kupası hemen dolan kimselerde.

b.) Kan yoğunluğu yüksek olan kimselerde. Bakılır, kupada toplanan kan hemen pıhtılaşır ve daha çok kan akışının önünü alırsa ve böylece kan hacmi kupa içerisine dolmaz. Bu tür kişilerde, daha fazla kan alımı için kupayı daha erken boşaltırız. Uzun lafın kısası, kan alımına kan akışı tamamen kesilene kadar devam ederiz. Aksi halde, hacamat yeri, aşırı kaşıntıya duçar olacaktır. Birkaç vakada kan alımında aşırıya kaçılmamalıdır; anemi ve aşırı bitkinlik.

4. Vakumun emme gücü, hacamat boyunca, yavaşla artırılmalıdır. Yani ilk aşamada, şişkin kubbenin tepesi 10 mm ise ikinci aşamada 12 ve üçüncü aşamada ise 14'e kadar artış göstermelidir.

Tahran Lokman Hekim Hastane'sinde bir araştırma projesi gerçekleştirdik. Toplardamar kanı (kan bağışıyla alınan kan) ile hacamat kanı arasında biyokimyasal faktörlere göre eşzamanlı karşılaştırma yaptık. Birçok fark göze çarptı. Şöyle ki sadece hacamat kanı kolesterol değeri, 5,2 kat toplardamar kanından fazlaydı. Bu yüzden, kan kolesterol değerini düşürmede, hacamat oldukça faydalıdır.

Eşzamanlı olarak, hacamat kanındaki toksin ile toplardamar kanındaki toksini karşılaştırdık. Hacamat kanındaki toksin, 23 kat toplardamar kanından daha fazla çıktı. Günlük hayatımızda karşılaştığımız; büyük şehirlerde, umuma açık yerlerde ve sanayi sahasında görülen kurşun dağılımı ve diğer bulaşıcılardan kaynaklanan gıda, kimyasal, alerjik ve solunumsal zehirlenmelere karşı hacamat insan canını tehdit eden bu etkenlerle savaşır.

İşin ilginç yanı, Nebi Ekrem (saa), Hazreti Ali (as) ve İmam Cafer Sadık (as), bu konuda şöyle hatırlatmada bulunmuşlardır: “Zehir/toksin, bedene hangi noktadan girerse, hacamat yerinden dışarı atılır.” ya da “Hacamat yerinden, zehir/toksinden başka bir şey çıkmaz.”

Kan Bağışı ve Hacamatın Farkı

1. Hacamatta, kan alımı daha az olup fenalaşma olasılığı daha düşüktür. Ama kan bağışında, kan alımı fazla olup fenalaşma olasılığı vardır.

2. Hacamatta, önce vakumlama işlemi sonra kan alımı gerçekleşir. Vakumlama işlemi ve çizik atma, vücut sistemlerinin aktif olmasını sağlar, ancak kan bağışında böyle bir durum söz konusu olmaz.

3. Hacamatta, kan endikasyonları yüksektir; kan yağı değeri, ürik asit değeri, WBC (beyaz kan hücresinin kısaltması, akyuvar) değeri gibi. Ancak kan bağışında böyle değil.

4. Hacamat, bulaşıcı faktörün vücuda girişine bariyer işlevi görür. Çünkü hacamat, bağışıklık sistemini aktive edici ve düzenleyici role sahiptir. Bu yüzden, söz konusu bağışıklık sistemi, mikropların vücuda girişini engeller.

. Yenilerde, ülkede kalp krizi oranını yüzde kırk üç olduğunu duyurdular. Buna karşın, muteber bir hadis şöyle buyurur: “Kanın galeyanı sizi öldürmeden önce hacamat olun.”

Hacamat’ın Etkileri

1. İbn Sina, bu konuda şöyle der: “Kalp krizinden ötürü ölen birini 72 saate kadar defnetmeyin. Eğer bir tedavisi varsa o da ‘hacamat’tır. Hacamat, ölen şahsın kalbinin çalışmasını sağlar. Eğer beyin ölümü gerçekleşmişse, aksırtıcı ilaç kullanın. Kalp ve beyin irtibatı sağlanır ve ölen şahs yeniden hayata döner.

2. Biz kendi deneyimlerimizde, koroner damar ve damar tıkanıklığı şikayetiyle gelen binlerce hasta ile karşılaştık ve birkaç seans hacamatla tedavi ettik. Durumu acil ve kritik olanlar da oldu, hacamat arasını kısaltarak, tedavileri gerçekleşti. Son bir konu da şu ki, hacamatın olumlu etkileri inkar edilemez ve Nebi Ekrem’in ve pak imamların ilkelerini ciddiye almalıyız.

3. Biz çeşitli kanallardan düşman saldırısı altında olan bir ülkeyiz ve yirminci yüzyıl ve sonrası artık mikrobik ve kimyasal savaştır ki tıbbın yeni yöntemleri bu savaşla mücadele noktasında tedavi için hiçbir çıkaryolu yok. Ambargo savaşı sürecinde, birçok kimyasal silaha maruz kalan gaziler

Almanya'ya kadar gittiler, orada şehit oldular ve şimdi de her gün bir kimyasal gazi haberini duymaktayız. Oysa ki tecrübe ettik ki, kimyasala maruz kaldığı esnada hacamat yapanlar, akciğerleri tamamen arınmıştı ve göğüs hastalıkları uzmanları dedi ki "Sadece hacamat olanlar, bizim tedavi aşamamızdan çıkmışlardır."

Bu yüzden Allah göstermesin kimyasal ve mikrobik bomba saldırısı bir milyon nüfusu olan bir şehirde gerçekleşirse elimizden ne gelir?

Biz diyoruz ki tam bu esnada, herkes vakit kaybetmeden yapabildiği kadar bir başkasını hacamat etsin. Resulullah'ın buyruğuna göre: "Zehir, hacamat yerinden dışarı çıkar." Ve biz bu buyruğu, kendi araştırma ve incelemelerimizle kanıtladık.

4. Hacamatla tedavi olan başka vakalar da var. Mesela, hidrosefali hastası iki yaşlarında bir çocuğu (çocuğun başı büyür ve klasik tıpta şant yoluyla beyin sıvısı düzenli bir şekilde boşaltılır), üç ay süresince üç seans hacamatla, her merhalede 3cc kan alarak yerine getirdik ve çocuk iyileşti.

5. Hacamat, elli kişide, büyüme hormonunu destekleyerek boy uzamasını sağladı.

6. Eğer çocukları hacamat edersek, kızamık, kızamıkçık, su çiçeği ve soğuk algınlığına yakalanmaz.

7. Diyabet hastaları da hacamat olunabilir. Çünkü diyabet hastalarının problemi kanın iletilmemesi.

8. Diyaliz hastalarında, genel sırt hacamatı ve böbrek hacamatı uygulanır.

9. Siyatik hastalarında, yani hastanın hiçbir sorunu yokken birden sorun çıktı. Bu tür hastalıkta ya sadece bel ağrısı olur veya ağrı iki bacağa ya da tek bacağa yayılır. Eğer kronik bir durumdaysa, tedavisi için genel hacamattan başlanır zira ağrı sevda hıltının çökelmesinden meydana gelmiştir. Bu yüzden ilk önce söz konusu bu hıltı pişirip sonradan bedenden dışarı atalım. Hacamattan birkaç hafta sonra, sakral hacamatı ve sonra iki baldır hacamatı yerine getirilir. Ama hacamatla eşzamanlı olarak kupa tedavisine de başlanır. Eğer her iki bacak da tutulmuşsa, iki bacağa da kupa uygulanır, eğer tek bir bacak tutulmuşsa tek bacağa kupa uygulanır. Bu hastalar için söktürücü ilaç verilir ve genelde üzerlik tohumu bu hastalar için iyidir ve bacağın altından bele kadar acı badem yağıyla masaj yaparız.

10. Kabakulağa yakalanan bir çocuk vardı ve ağır bir hastalık geçiriyordu ve boğuluyordu. Sadece bir genel hacamatla yüzde altmış ile yetmiş oranında iyileşme gözlemlendi.

11. Hayvan sokmasında, önce bölgeyi bağlarız ve bölgesel hacamat yaparız sonra genel sırt hacamatı yapılır.

12. Sıcak kurdeşen (ürtiker) için genel sırt hacamatı yapılır ancak soğuk kurdeşen için kupa terapisi uygulanır.

13. Kalp hastalıklarında, bu tür hastalıklar, hacamattan en çok etkisini görenlerden, mizaçlarını da ıslah etmemiz şartıyla ve kesinlikle kalp çevresinde çökelen maddenin dışarı atımı için söktürücü veriririz. Eğer hasta sıcak mizaçlıysa, sirkencübin ve eğer soğuk mizaçlıysa üzerlik tohumundan yararlanırız.

14. İlaç zehirlenmelerinde, bu tür hastalığa yakalanan hastalar ya komaya girerler ya da diyalize. Komaya giren hastaları hacamat ettiler ve hiç gecikmeden uyandılar ve iyi oldular. Ancak diyaliz hastaları genelde çeşitli zararla karşılaşmaktadır. Kimyasal saldırıya maruz kalan bir asker vardı diyordu ki 12 kişiyi o halde hacamat yapabildim ve sonra o on iki kişi hiçbir sorunla karşılaşmadılar, geri kalansa ya şehit oldular ya da çok güç sorunlara duçar oldular.

15. Kist konusunda da kistin üzerine kupa uygulanır ve hacamat yapılır ve eğer kist açılırsa balla doldurulur.

16. Genel hacamat ile kaşıntı sorunları ortadan kalkar. Eğer olumlu sonuç alınmazsa baldır hacamatı ile sorun hallolur. Zira kaşıntıların orijini karaciğerdir ve baldır hacamatı karaciğeri arındırmada oldukça etkilidir. Bağımlılığından kurtulanlar baldır hacamatı yaptırmalılar zira kurtulan şahısta baldır ağrısı görülür.

17. Adet kanamasının açılması da iki baldır hacamatıyla mümkündür. Gerçekte, kanı aşağı doğru yönlendiririz (rahim) ve kanın kesilmesi için göğüs altı kupa terapisi uygulanır, böylece kanı yukarı kaydırmış oluruz.

18. Baldır hacamatı, kanın pıhtılaşmasını önler.

19. Zaman zaman iğne yerinde sertleşme, kızarma ve ağrı oluşabilir. Bu durumda, iğne vurulan bölgeye hacamat yapılır. Böylelikle ağrı yatışır. Hasta bazen, ağrısının basenden başlayıp aşağı doğru ilerlediğinden şikayetlenir. Böyle bir durumda da basen hacamatı yapılır. Genel olarak, vücudun herhangi bir yerinde oluşan sertleşme, şişme ve ağrı gibi problemlerde, problemli bölgeye hacamat uygulanır. Zira hacamat, immün sistemi destekler ve kan iletimini gerekli bölgeye artırır, böylece problem hallolmuş olur. (Klasik tıpta bu tür enfeksiyona apse denilir.)

20. Yere düşme ve diğer sebeplerle oluşan şişkinliklerde bölgesel hacamat kullanılır, şişkinlik kısa sürede inecektir.

21. Bir hasta dokuz yıldır göz kapağı düşüklüğü yaşıyordu; genel hacamat, iki göz çevresi hacamatı, yanak hacamatı, alın hacamatı ve nihayetinde baş hacamatı ile düşüklük giderildi, zira o bölgeye kan iletimi daha iyi oldu.

22. Gözü görmeyen bir hasta vardı, hacamatla görme yetisini tekrar kazandı.

23. Bebekte sarılık görülmesi halinde, kulak kepçesi hacamatı yapılır.

24. Katarakt, yani göz merceği bulanıklığı ve göz merceğinde bir takım maddenin çökelmesidir ki genel hacamat, iki göz çevresi hacamatı, baş hacamatı ve ilaçlarla giderilir. Bu hacamatlar, ara verilerek yapılmalıdır. Katarakt, sevdanın gözde kristalleşmesidir.

25. Aynı anda yapılan tek hacamat, iki kürek kemiği hacamatıdır ve bu tür hacamat elin fonksiyonun yitirilmesi ve felç olması halinde yapılır ve boyun artrozunda bu hacamat uygulanır.

26. Nefes darlığı, şiddetli astım veya akciğer enfeksiyonu şikayeti olan kimseye önce genel hacamat sonra ihtikan hacamatı (akciğer bazalı hacamatı) yapılır.

27. Yüksek tansiyon hastaları için hacamat, tansiyonu düşürmez ancak düşük derecede sabit tutar. Bu yüzden önce çörek otuyla tansiyon düşürülür ve sonra hacamat yapılır ki eğer hacamat yapılırsa artık yükselmez.

28. Diş eti gevşekliği ve enfeksiyonu ya da kekemeliği olanlar için çene altı hacamat yapılır.

29. Çenede tüylenme sorunu yaşayan ve yumurtalık kisti olan kadınlar, ilk etapta kisti ortadan kaldırmalılar ve çene altı hacamat yaptırmalılar ve kistleri yoksa, rezene içmeliler ve genel hacamat yaptırsınlar ve sonra çene altı hacamat yaptırsınlar.

30. İnme (beyin krizi) geçiren hastalar, mastoid (kulak ardı) hacamatı yaptırsınlar, kulak ardı sülük ise inme sonrası gelişecek yan etkiler ve tedavisi için oldukça etkilidir.

31. İşitme azlığı ve kulak enfeksiyonunda mastoid hacamat yapılır.

UYARI: İşitme azlığı, yaşlılıktan ötürüyse, işitme azlığını gidermek için safranın artırılması gerekir.

Birçok doktor şaşırıyorlar ve diyorlar ki "Böyle tür hastalar tedavi edilebilir mi?" Cevabı da şu ki "Evet, olmayacak şey değil."

Bu yüzden hacamat, dış görünüşte basit olmasına karşın gerçekte oldukça karmaşık bir tedavidir ki şahsın mizacı, hacamat yeri, çizik sayısı ve ölçüsü, vakum ölçüsü, hacamat vakti ve hacamat öncesi ve sonrası yapılması gerekenler gibi faktörler, hastalığı önleme noktasında önemli bir rol üstlenmektedir.

Geleneksel tıp esasınca; demevi, safravi ve mutedil mizaçlar daha çok yaş hacamata (kan alımı) ve balgami mizaç ise sıcak ve kuru hacamata (kupa terapi) ve sevdavi mizaçlar ise ön hazırlık sayılacak ilaçlarla birlikte yaş hacamata ihtiyaç duyarlar.

Hacamatta asıl amaç kan alımı olmayıp 'çizik atma'dır ve çizikle vücudun immün sistemi aktive olur.

Kan alımının felsefesi de artık madde ve toksinlerin dışarı atılmasıdır. Sonbahar hacamatında, hacamat olmadan önce kanın sulanması ve artık maddenin daha fazla dışarı atılması için nar tüketin. Artık maddelerden biri de savaşta kullanılan kimyasallardır ki sadece hacamatla dışarı atılır.

Baş hacamatında, baygınlık meydana gelmez. Zira kanı yukarı doğru yönlendiririz. Ama diğer hacamatlarda baygınlık geçirme ihtimali bulunur.

UYARI: Hacamat sonrası gelişen kaşıntının sebebi şudur ki, kanı vakum yaparak çağırırız ancak tam bir surette boşalma gerçekleşmemiştir ve bu yüzden tekrar hacamat ederiz.

ÇN: Anladığım kadarıyla kastı, vakum işlemi yaparken kanın kupada tam birikememesi sonucu gelişen bir komplikasyon olarak kaşıntı meydana gelir.

Hacamatta Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

1. Tok karnına hacamat edenler, kısa zamanda vitiligoya yakalanır, bu yüzden yemek yedikten iki saat sonra hacamat yapılması uygundur.

2. Hasta, hacamat olurken yorgun olmamalıdır zira baygınlık geçirme ihtimali vardır.

3. Kan yoğunluğu yüksek olanlar, bir hafta ya da on gün çörek otu ya da nar yesinler sonra hacamat yaptırsınlar.

4. Hacamat öncesi ve sonrası on iki ile yirmi dört saat içinde cinsel ilişkiden uzak dursunlar.

5. Bedenin genel yorgunluğu halinde, önce bal şerbeti içsinler sonra hacamat yaptırsınlar.

6. Tansiyonu düşük olanlar önce bal şerbeti içsin sonra hacamat yaptırsınlar.

7. Hacamatta en iyi zaman, ilkbahar ve sonbahardır. Zira bu zamanlarda, ayın çekim kuvveti sayesinde kan yukarı doğru çekilir ve artık madde dışarı atılmaya hazır hale gelir. Ama diğer günlerde, ayın ortasındaki iki hasta ve onlar arasında da 17,19,21. günler (kameri takvime göre) en iyisidir. Günler arasından, Salı ve Cuma sabahı, hacamat için uygun vakittir. Aslında hacamat için en iyi zaman sabah vaktidir. Zira insan bu vakitte enerjik olur. Çarşamba günü, ayetel kürsi okuma şartıyla hacamat yaptırmada hiçbir sakınca yoktur. Cuma öğlesi yaptırmak sakıncalıdır. Eğer hastanın hacamat yaptırması gerekiyorsa, zamanı dikkate almayız. (acil durumlarda)

8. İki hacamat arası süre, bir aydır. Ama eğer hasta güçlü kuvvetli ve kanı çok olursa, iki hasta olmasında herhangi bir sakınca yoktur. Bazen bağımlılıktan kurtulma durumlarında, haftada bir ya da günde bir kere güç verici yemek yeme kaydıyla hacamat edilir.

9. Soğuk mizaçlı kimseler, hacamata daha az ihtiyaç duyarlar. Şiddetli balgam mizaçlıları sıcak olana kadar bir başka seansa ertelemek gerekir.

10. Çok hareketli kimseler ya da dağın eteklerinde yaşayanlar, hacamata daha çok ihtiyaç duyarlar.

11. Hacamat dört aylıkken başlar.

12. Hamilelikte dördüncü ile yedinci ay arasında ve süt verme döneminde hacamat yaptırmada herhangi bir sakınca yoktur. Hatta süt döneminde hacamat yaptırılırsa, süt kalitesini artırır.

13. Hepatit ve AIDS geçmişinin olup olmadığını, hacamat yaptırmak isteyenden sorulması gerekir.

14. Kalp hastalıklarında, ilaç kullanımından üç ile dört saat geçmesi gerekir sonra hacamat edilir. Zira eğer gereken süre geçmezse şiddetli haslzilik geçirebilirler.

15. Önemli ameliyat geçirenlerin hacamat yaptırması için üç ile altı ay kadar süre geçmesi gerekir.

16. Eğer ciltte değişim gözlemlendiyse, cildin soğuması ve şiddetli terleme gibi, hasta şok geçirmektedir, bu yüzden hacamatı yarıda kesmeliyiz.

17. Hasta, kıbleye dönük, bağdaş kurmuş halde ve ayakkabısız olması gerekir, ayaklar serbest, sallanır biçimde olmamalıdır. Çünkü, sallanır biçimde olursa, kan aşağı doğru kayar ve hacamat esnasında fenalaşma riski vardır.

18. Hacamat esnasında, gözlük çıkarılmalıdır.

19. Hacamat öncesi ve sonrası bir gün kadar yumurta yenmemelidir.

20. Hacamat öncesi yirmi dört saat kadar, soğuk şeyler ve kharbozeh (Persian melon, bir tür kavun) yenmemlidir. Zira hasta fenalaştığı takdirde, bal veremezsiniz ve hacamat sonrası yirmi dört saat kadar soğuk şeyler tüketmekten kaçınmalıdır.

21. Baldır hacamatı, oturur ya da uzanır halde yapılmalıdır. İki baldır hacamatı, bir seansta yapılmaz.

22. Sevdavi mizaçlara öncelikle söktürücü vermelisiniz ve sonra hacamat yapmalısınız. Eğer söktürücü vermeden hacamat yaparsanız, aynı ayrana benzer, karıştırmadan dökerseniz önce sulu kısmı gelir. Hastada da durum aynen böyledir, önce kanın seyreltik kısmı dışarı atılır ancak asıl hılt içeride vücutta kalır ve problem artar.

23. Alerji hacamatının yeri, genel hacamatla aynıdır. Ancak alerji hacamatında çizik sayısı daha fazladır. Alerji hacamatından kasıt, yara oluşturmadır, kan alma değil.

24. Baş hacamatında, kupa kullanılmaz, sevdanın çok olduğu durum istisnadır. Bu hacamatta hasta önce bir mendili boynuna dolar ve sıkıca tutar, hacamatın sonuna kadar bu halde sabit kalır ve yüz kanla dolduğunda, hasta yatırılır ve kesici alette çizikler atılır.

25. Diz hacamatı, ya dizin yukarısında ya da diz çevresinde yapılır. Eğer ağrı, dizin iç kısmındaysa, kupayı dizin üstüne yerleştiririz. Eğer diz ağrısı, sıcaklıktan ötürüyse, vakum işlemi uygulamadan direkt hacamat yapılır.

26. Hastanın hacamat sonrası, dusin yemesi yararınadır. Çünkü kimileri hacamattan iki üç gün sonra kalp ya da beyin krizi geçirdiler, hacamat damarların kasılmasına neden oldu, hastanın da damar tutulması sorunu vardı ve sonuç itibariyle krizle neticelendi, dusin ise damarları gevşetir ve krizin önünü alır.

27. Genel hacamatta, hasta bağdaş kurup oturmalıdır zira böyle olunca, halsizleşme daha az görülür.

28. Kesi aletiyle çizik attınız diyelim ve baktınız ki kan dişli çarka benzer bir şekilde ve yavaş yavaş akıyor yani doğru çizik attınız demektir. Ancak çiziği attınız ve kan hemen geldiyse, iziği derin tuttuğunuzu gösterir.

29. Kesi aletini dikey tutmamayıp açısal bir biçimde tutulması gerekir. Genel hacamatta ise, dikey tutulur zira onarım çabuk gerçekleşir.

30. Vakum yaptıktan sonra kupayı kaldırdığınızda, vakit kaybetmeden çizik atmalısınız.

31. İlk etapta vakumu fazla tutmamalısınız, kişinin alışması için peyderpey artırmalısınız. Fazla vakumun bir yararı yok.

32. Kan gelse de gelmese de kupa yerleştirme üç aşamada gerçekleşmelidir. Eğer az olursa, kaşıntı meydana gelir. Çünkü kanda hafif ve ağır maddeler bulunur. İlk kupada, hafif madde ve ikinci ile üçüncü kupada ağır madde dışarı atılır, bundan ötürü ikinci üçüncü kupalarda kan pıhtılaşır ama demevi mizaçlarda kan çok geldiğinden kupa yerleştirme aşamasını artırır zamanını kısa tutarız. Kanı yoğun olan kişilerde de demevilerde olduğu gibidir; kupa aşaması artırılır, zaman kısa tutulur. Zira bu tür kişilerde, kupanın fazla kalmasının bir manası yok, kan dışarı çıkmaz. Ama bazı kişilerde, üç kez kan alımı gerçekleşmesine rağmen yine de kan geliyorsa ve kesilmiyorsa, kan kesilene kadar yine kupa yerleştirilir.

33. Hacamatta antiseptik maddeye ihtiyaç duyulmaz. Zira immün sistemi aktive olduğundan kendisi onarım işlemini yürütecektir. Eğer ihtiyaç olursa bal kullanılır. Bal, dünyada tanınmış en iyi antibiyotiktir.

34. Hacamat yarasının üzerine Betadin ve su kullanımından kaçınılmalı.

Hacamat Esnasında Fenalaşma Faktörleri

1. Açlık, yorgunluk ve tok karın.

2. Çarşamba ve Cuma hacamat yapmak.

3. Düşük tansiyon

4. Regl dönemi

5. Hacamat esnasında ayakları sallanır biçimde serbest bırakmak

6. Korku ve endişe

UYARI: Eğer fenalaşma gerçekleşirse, hemen kupayı kaldırın ve kanın beyne iletimini sağlamak için hastayı sağ tarafına ayaklarını toplar vaziyette yatırın.

Hacamatta Engel Teşkil Eden Faktörler

1. Kansızlık

2. Metabolizması yavaş olanlar hacamat yaptırmaktan kaçınmalılar.

3. Sinir halinde hacamat yaptırmayın. Zira sinir halinde damarlar kasılır.

4. Cünüplü ve adetli iken.

5. Adetli iken hacamattan kaçının.

6. Sara hastası hacamat yaptırmamalıdır, zira nöbet geçirebilir.

7. Balgami mizaçlar

8. Yeni iğne vurduranlar

9. Hemofili hastaları

10. Sara hastası

NOT: On birinci bölümle birlikte hacamat dosyası sona ermiştir, sırada 'sülük terapi' var. İnşallah on ikinci bölümde sülük tedavi ve fasd (damar kesme) ile devam edeceğiz. Sonsuza dek sağlıcakla kalın. Tashih ve çeviri hatalarının düzenlenmesi, çeviri bittikten sonra yapılacaktır inşallah.

Mizacını Tanı Kitabı (On İkinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On İkinci Bölüm)

08 Aralık 2017

Sülük Terapi

Sülük, damarın derinliklerinden kan aldığı için hacamata kıyasla daha soğuk olup vücuttaki nem oranını da artırır. Bu yüzden, balgam mizaçlılar için kötü, safra ve sevda mizaçlılar için uygun yapıdadır. Ama sülük öncesi, ehlatın söktürücü ilaçlarla pişirilmesi gerekir.

Sülük Saklama Koşulları

1. Sülük için en iyi saklama kabı, cilasız çömlek iken, ikinci sırada ise cam kaplar gelir.

2. Sülük yalancı göze sahiptir ve bir kişiden fazlası kullanması doğru değildir. Sülük üç ay besinsiz bir ortamda sağ kalabilir.

3. Bin tane sülük, bir hastane kadar kazançlı olabilir ama hastalık bulaştırabilir de. Sülük suyunun dezenfekte olması için her 2000cc için üç ile beş damla bal ilave edilir.

4. Sülğün rengi ve suyu zehirli olabilir, sülük saklanılan su, klor ve kimyasal madde içermemeli. Düşük ısı sülük için uygundur, zira düşük ısıda oldukça dayanıklı olurlar ancak yüksek ısıda kan emme işlevi azalır. Düşük ısıda iken, bir gün arayla suyunu değiştirmelisiniz.

Hacamat ve fasd (damar kesme), sülükten önceliklidir. Yani eğer hasta üçüne de ihtiyaç duyarsa, önce hacamat ya da fasd daha sonra sülük devreye sokulur.

Sülük yeri, tutması için temiz olmalıdır. Eğer hoş kokulu sabunlarla yıkanırsa ya da kolonya ya da betadin tarzı şeyler sürülürse, sülük tutmaz.

Diyabet hastaları gibi, organlara kanın iletilmediği durumlarda, kan iletiminin sağlanması gerekir. Masajla, kupa terapiyle, hacamatla, sıcak mizaçlı yağlarla kan iletimi sağlanır ancak eğer tıkanıklık şiddetliyse sülük atılır.

Sevdavi baş ağrılarında, önce söktürücü veririz. Söktürücülere örnek olarak; sirkencübin, nar, Akdeniz tatlı laymı ve portakal suyu, ikinci olarak yürüyüş ve koşu, üçüncü olarak hacamat (genel, sakral, iki baldır ve baş), dördüncü olarak fasd ve beşinci olarak da sülük sayılabilir.

Sülüğün tekrar kullanımı yasaktır. Sülük kan emme işleminden sonra ölmez ve defnedilmesi gerekir. Sülük yerinde kaşıntı oluşmaması için, hastanın dusin yemesi gerekir ve sülük yerine yoğurt ve yoğurt suyu sürmesi önerilir.

Kan emme esnasında, sülüğün ağzından gelen su, kandaki sudur ki sülük kanı sudan dışarı savmıştır, hedefse daha çok kan emmek içindir. Bir evre kan emdikten sonra, üç ile altı ay kadar besine gereksinim duymaz. Kan emme işlemini, doğduktan beş yıl sonraya kadar devam ettirir. Beyin ve kalpleri yoktur, deri yoluyla solunum yaparlar ve çift cinsiyetlidirler (hermafrodit).

Sülük, damar tıkanıklığını açar.

Yeşil çizgili sülükler, dünyada en çok revaçta olan sülük cinsidir.

Sülük Atma Yöntemi

1. Eğer sülük, bir bölgeye yapışmazsa, yapışması için ufak bir çizik atarız ya vakum işlemi uygularız.

2. Sevdalarda, sevdanın hareketlenmesi için önce söktrücü verilir (çeşitli sirkencübinler) ve sonra sülük atılır.

3. Sülük öncesi banyo yapılması gerekir. Çünkü sülük, kötü kokuya duyarlıdır ve yapışmaz.

4. Her aşamada, en az sayıda sülük atılır.

5. Sülük boyutu, atılacak bölgeyle uyumlu olması gerekir.

6. Hasta aç ve yorgun olmamalıdır.

7. Kullanılan malzemeler, steril olmalıdır.

8. Sülük yeri, eğer hassas bir nokta olursa, kulak arkası gibi, sülüğün dış kulak yoluna erişmesini önlemek için dış kulak yolunun kapanması gerekir.

9. Sülüğü yerinden zorla ayırmayın.

10. Eğer bir tehlike sezmiyorsanız, sülük düştükten sonra, kanamanın önünü almayın.

11. Üç gün boyunca, sülük yerine su değdirmeyin.

12. Sülük yerini, bal ve zerdeçalla pansuman edin.

Sülük Atımında Engel Sayılabilecek Durumlar

1. Kanla ilgili sorunlar

2. Ağır operasyon geçirme gibi şiddetli hastalıklarda

3. Aşırı stresli iken

4. Süt verme döneminde ve hamilelik döneminde

5. Regl dönemi

6. Diğer organlarda kanama olursa

7. Yorgunluk ve açlık

Sülüğün Bazı Kullanım Alanları

1. Kalp ve damar hastalıklarında

2. Şişkin yerlerde

3. Organ ve deri naklinde

4. Artrit ağrısında

5. Solunum yolları hastalıklarında

6. Ekimoz

Sülük yerinin kaşıntısı için, içilebilir sirkencübin iyidir.

Yüzeysel sevdayı vücuttan çekip alan en iyi yöntem sülüktür.

Fasd (Damar Kesme)

Fasd, vücudun genel istifrasıdır.

Fasd işleminde, hasta istifra geçirirse, istifra şahsın şok geçirmemesine yardımcı olur.

Fasd ve aşırı kan verme, erken yaşlanmaya sebep olur.

Fasd, sıcak mizaçlıdır, bu yüzden fasd sonrası berberis suyu içmek faydalıdır.

Ayak fasdinde, önce basıncın damarlarda artması ve boşaltımın daha kolay gerçekleşmesi için ayağı yukarıdan bağlarız.

360 çeşit, fasd damarı var.

Diyabet tedavisinden biri de fasddir. Kalp hastalıklarına da iyi gelir. En tehlikeli fasd, dil altı fasddir. Zira dil altında bir takım atardamarlar bulunur ve kesildiği takdirde ölümle sonuçlanır.

Dudak altı fasd de kötü ağız kokusu için faydalıdır.

Fasdin ölçüsü, hıltın ölçüsüyle bağlantılıdır. Eğer vücuttaki sevda miktarı fazla olursa, kan alımını artırırız. Bazı kimselerde, 5cc kan akıtarak, hılt dışarı atılabilir, kimisinde de 500cc kan akmasına karşın hılt bitmeyebilir. Bu noktada, gıda hazırlıklarını uygulama şartıyla bir ya da iki ay sonra fasd yapılır.

Hastanın mizacını anlamak için test hacamat ya da test fasd yaparız. Bir ya da iki cc kan alınır.

Fasd dikkat edilmediğinde, tehlike yaratabilir. Zira sinir damarını kesme ihtimali de vardır ama hacamatta böyle bir ihtimal söz konusu değil.

Fasd yaparken, akan kan eğer siyahsı kırmızılıktan açık kırmızıya dönüyorsa yani sevda hıltı bitmiş demektir. Eğer, dönmüyorsa demek ki hılt bitmemiştir.

Ele kadar uzanan bazilik damarı, bel ve aşağı bölgelerle bağlantılıdır ve sefalik damarıysa gövdeden yukarısıyla alakalıdır.

Bazilik damardan kan alımı; yutak altı hastalıklarında, boyun, göğüs çevresi ve karın bölgesi, karaciğer, dalak, akciğer, plevra ve pnömoni ve tüm kalça ağrıları, diz, baldır ve ayak içi ağrılarında etkilidir.

Sefalik damardan kan alımı; baş, göz, burun, dmaak ve ağız hastalıkları, diş ve dudak hastalıklarında etkindir.

ÇN: Plevra, akciğer zarının genel adıdır. Yukarıda geçen plevradan kasıt ise, plevra eksenli hastalıklardır. Kısaca, yukarıda ele alınan öğelerin tümünde oluşabilecek herhangi bir hastalıkta 'fasd yönteminin' etkili olduğu kast edilmektedir.

Kesilebilir toplardamar sayısı 48 adettir. 12si iki elde bulunur. Başlıca iki damarı; sefalik ve baziliktir, geri kalan 10 damar ise iki damarın dallarıdır ki karaciğerden gelmiştir. Sefalik kalpten uzakken bazilik ortadadır ve karaciğerden gelir, ele ulaşmadan önce iki damara ayrılır. Ayrılan büyük damar, ele ve küçük damar ise baş ve beyine gider. Geldiği için göğüs ve kürek kemiğine dağılır ve bu yüzden bazilik fasdi karaciğer, böbrek, akciğer ve pariteal periton sebepleri, plörezi ve onda salgılanan sıvı ve tüm pelvik ağrıları gibi, diz baldır ve ayak ağrılarını giderir.

Sefalik damarı, karaciğerden yukarı doğru, boyun halkasına kadar uzanır, sonra iki kola ayrılır, her kol da iki alt kola ayrılır ki biri küçükken diğeri büyüktür. Her biri beyne, dudağa ve boyuna gider. Halı gibi beyin zarlarında dağılır. Sonra aşağı iner ve bazı yerlerde gizli kalır, sebebi kas altında olmasıdır.

Hılt oranı artan biri, fasd ile anlık etkisini görebilir.

Göz ağrısı ve şiddetli göz kaşıntısı olan biri, sefalik fasdi yapabilir.

Gözde çıkan arpacık için her iki sefalik fasdini yaparız. (Bir hafta ya da iki hafta arayla)

Dişeti şişen kişiler, çene altı hacamat ve sefalik fasdi yapsınlar.

Diş doktorunun sıkça çalışmasıyla oluşan problemli dişeti (ya da gingiva) için, sülük terapi oldukça olumlu yanıt verir ve diş enfeksiyonlarına da çok etkilidir.

Spazm kısaca bir organda hıltın yersiz yerleşmesidir ve fasd spazm için iyidir.

El bileği fasdi, cinsel gücü destekleyici nitelikte olup bilek ve parmak sorunlarında oldukça etkilidir.

Kanlı hılt içeren öksürüklerde, bazilik fasdi (el damarı) yerine getirilir.

Astım için, bazilik fasdi uygundur.

Kanlı idrar için, iki taraflı bazilik fasdi uygulanır, eğer taş dolayısıyla olmuşsa, tedavisi yapılır.

Adet görmeyenler için, ayak ucu fasdi yapılır, gerçekte kanı aşağı doğru yönlendiririz. Elbette, baldır hacamatını fasd yapmadan önce yerine getiririz.

Vücut yorgunluğu ya aşırı kandan ya da düşük kandan kaynaklanır. Eğer aşırı kandan ötürüyse, fasd yapılır eğer kansızlıktan ötürüyse kupa terapi yapılır ve kan yapıcı gıdalar verilir.

Kan yapıcı gıdalar şöyle; bal şerbeti, pekmez çeşitleri (üzüm, hurma, dut vesaire), incir, zeytin, üzüm, hurma, kuzu eti kebabı ve güzel bir manzarayı seyretmek.

Aşırı iştahlı olma hali, hem demevi hem de balgami mizaçlarda görülebilir, tam da bu noktada fasd doğru bir çözümdür.

Safra kesesi tıkanıklığı için, dördüncü ile beşinci sağ el parmağı arasına fasd yapılır.

Fasdin Koşulları

1. Fasd yapacak kimse, aç karnına olmamalı.

2. Kahvaltıdan bir iki saat sonra yapılmalı.

3. Sabahın ilk vakitleri olmalı.

4. Nabzın durumu, sabit olup, düşüş olmamalıdır.

5. El fasdinde, kişi uzanır vaziyette olup elin yukarısı bağlanmalıdır.

6. Fasd öncesi, uyuşturulur ancak el desti için uyuşturucu zaruri değil.

7. Kesilen damarda nabız atmamalı.

8. Bir miktar kan alımından sonra, çökeltinin toplanması için kanı kapatırız sonra açarız.

9. Fasd yaptırdıktan sonra iki gün banyo yapmayın.

10. Hazırlık yapılmadan ve söktürücü kullanmadan fasd yapmayın.

11. İmkan dahilinde, fasd ilkbahar ve sonbaharda yapılmalıdır.

Damar kesme işleminde asıl olan, toplardamar kesimidir.

Kimler Fasd Yaptımamalılar?

1. Hamileler için.

2. Şiddetli safravi mizaçlar.

3. Sağlıklı kanı düşük olan kişiler

4. Sevdavilerin söktürücü kullanmadan yaptırması

5. Altmış yaş yukarısı ve on dört yaş altı.

6. Çok kilolu ve çok zayıf kişiler

7. Şiddetli sindirim problemleri olanlar

8. Zayıf kişilerin fasd yapması uygun değil, zira sinir zedelenmesi yaşanabilir.

ÇN: Şu ana kadar sekiz sayfanın çevirisine ulaştık. Sırada 'Vücut Arındırıcıları' var. Toplamda otuz sayfa kadar hacme sahip, bu yüzden ya iki ya da üç bölümde ele alacağız. İşte önemli konulardan sayılan arındırma (ya da tathir) konusu:

Vücut Arındırıcı Türleri

A) Midesel Arınma:

1. Günlük Olarak İki Öğün Yeme:Aktif olan kişiler şunu demiştir: Öğle yemeği yemediğimiz zaman çok rahatız. Öncelikle, öğle yemeğini bırakmak için mideyi sıcak etmeliyiz, mide soğuduğunda genişler ve midesi genişleyen biri de şişmanlar.

2. Oruç:Mideyi arındıran en iyi yöntemlerden biri de oruç tutmaktır. Çok yeme ve kötü yeme alışkanlığından ötürü; tansiyon, yağ ve şeker gibi hastalıkları olanlar için en iyi içecek bal şerbetidir (akşamları). Sekiz günü geçmeme suretiyle. Eğer bal olmazsa, tuz ve su kullansınlar ki bu suretle tüm hastalıklar tedavi edilmiş olur.

3. Ara Öğünleri Atlamak:Öğün arası yeme, vücutta bozulmaya yol açar.

4. Helal Yeme

5. Yemek Esnasında Su İçmemek

6. Masaj ile Birlikte Banyo Yapmak:Uygun masaj, keseleme olan masajdır.

7. Yürüyüş:Yürüyüş olmadığı takdirde, vücutta ehlat çökelir ve erken yaşlanma gözlenir. Yürüyüş, çok çabuk biçimde sevdadan kaynaklanan baş ağrılarını dindirir. Şiddetli depresyon, engebeli taşlı yolda yapılan yürüyüşle hallolur.

8. Az Yeme:Mantıklı az yeme, öğle öğününü atlamakladır. Akşam yemeği, akşamın ilk vakitlerinde olmalı. İki öğün yemek, kan basıncını düzenler, kolestrolü düşük seviyede sabit tutar, diyabeti ortadan kaldırır, fit bir vücuda kavuşturur, neşe ve huzur getirir. Midenin, bir bölümü yemeğe, bir bölümü havaya ve diğer bölümü de suya ayrılmalıdır. Eğer kötü yeme ve çok yeme gelişirse, boşaltım gerçekleşmelidir. Eğer mide dolu olursa, boşaltım midede gerçekleşir, eğer bağırsakta olursa

boşaltım bağırsaklardan gerçekleşir. Bu açıdan, müshil alınmalıdır; müshile örnek olarak; güllü sinameki, uzun süpürge otu tohumu* verilebilir.

ÇN: Uzun süpürge otunun genel adı 'Flixweed', bilimsel adı 'Descurainia sophia'dır. Farsçada 'xakeshir' ya da okunuşuyla 'hakşir' olarak geçer. İran'ın geleneksel şerbetlerinden sayılır. Oldukça yaygındır. Susuzluğu giderdiği için, sıcak aylarda çokça tercih edilen bir içecektir. Karaciğer dostudur.

Kusmayı tetikleyen karışımların başında 'sıcak su + gülsuyu + tuz' gelir. Kusmayı sağlayan kimyasal ilaçlar iyi değildir.

En iyi ishal yapıcı ilaçlar, baldan başlar ebu cehil karpuzuna kadar gider. Ebu cehil karpuzu mercimek kadar olsa yeterlidir ki tüm vücudu sıcaklığın etkisiyle alev aldırır.

Yumuşatıcıların en iyisi; incir şerbetidir. (Yedi adet inciri yarım saat suda bekletin ve sonra suyunu için.) İncir şerbeti, mideyi sıcak ettiği gibi, ayak baldırını da sağlam eder, bu açıdan hem yaşlılar hem kadınlar ve hem de kemik erimesi olanlar için en iyi gıdadır.Tatlı badem yağı da gıdadır (bir bal kaşığı) hem yumuşatıcı hem müshil olup sürülebilir de.

9. Koku Koklamak:Koku, Alzaymır'ı iyileştirebilir ve sürekli zihin açıklığı sağlar.

10.Yağ Kullanımı:Susam yağı soğuk kaslar için, zeytin yağı tümü için, acı badem yağı artroz (kireçlenme) ağrıları için (acı badem yağı, kemik iliğinin derinlerine kadar işler) İbn Sina'nın deyimiyle, kamburluğu (Kifoz) düzeltir. İki kamburluk vakası vardı, acı badem yağı kullanarak düzeldiler. Romatizmal ağrılar için susam yağı veririz. Zira romatizma soğuk tip bir hastalıktır.

11. Yemek Öncesi ve Sonrası Elleri Yıkama

12. Dizüstü Oturmak

13. Yemekleri Yavaş Yemek ve İyi Çiğnemek: Asıl olan yudum yudum, lokmalar halinde yavaş yavaş yeme içmedir. Eğer yemek esnasında su içersek, içtiğimiz su, ağız suyunun tüm lokmayı çevrelemesine ve yemeği sindirmesine izin vermez. Bu yüzdeni, yemeğin sindirim hızı uzadıkça uzar. Mesela, çiğnenmiş buğdayı apsenin üzerine koyarsak, apse patlar. Ancak aynı buğdayı, suda ıslattıktan sonra öğütüp apsenin üzerine koyduğumuzda hiçbir değişim gözlenmez.

14. Yemekten Önce ve Sonra Tuz Alınmalıdır:Tuz tam da bu konuda, tansiyona iyi gelir zira tuz, antienfektif ve mikrop öldürücü olup ağız suyunu tahrik eder. Ama sadece ağız suyunu tahrik etmek istiyorsak, yemek sonunda tatlı şeyler tüketilmesi gerekir ve en iyi tatlı ise baldır.

15. Uygunsuz Gıdalardan Kaçınılmalıdır:Eğer uygunsuz gıdaların alımında devamlılık gösterilirse, mide soğur ve sonuçta kabızlık meydana gelir. Bu durumda, bağırsakların boşaltımı gerçekleşmelidir, netice itibariyle sıcak ve yumuşatıcı gıdalar alınmalıdır. Gıda ne kadar sıcak olursa, kabızlığın tedavi hızı bir o kadar hızlı olur. O halde, sıcak mizaçlı gıdalar, ishal yapıcı iken, soğuk gıdalarsa kabızlık yapıcıdır. Ama nane sıcak olmasına karşın kabız edicidir. Bu açıdan nane istisna kabul edilir.

16.Sulandırıcı İlaç Kullanımı:(Rivayete göre, sirke ve tuz sofrada bulunması gereken gıdalar arasındadır.) Sofra da bu ikisi olursa, kan yoğunluğu oluşmaz. Ve ardı sıra gelen hastalıklar da meydana gelmez.

Önemli Nokta: İlaç ve gıdanın emilimi için en iyi vakit, akşam vaktidir. Akşamdan sonra sabah vaktidir. Eğer bir kimsenin ilacını kesmek istiyorsak, önce öğle sonra sabah sonra da akşam ilacını keseriz.

B) Kan Arındırıcılar

İran halkı genellikle safravi ve balgami mizaçlıdırlar. Yani sıcaklığın zirvesinde iken bir anda soğuğa çeviriyorlar. Az sayıda demevi mizaçlı olanlar da var, Güney ve Azerbaycan (İran'daki Azerbaycan bölgesi kastediliyor) bölgesi gibi. Demevi mizaçlar kavga ettiklerinde vazgeçen bir karakterde değiller ve kin tutarlar. Bu yüzden, onların sinir anında, alttan alıp bir köşeye geçmeniz en iyisi. Bu tür kişilerden kan azaltmazsan, sakinleşmezler. Devamlı asabiyeti olan kişilerin, baş hacamatı yaptırmaları gerekir.

Kan arındırıcıların tepe noktasında hacamat yer alır. Bedenin herhangi bir yerinde bulaşma görülürse, o bölgeye hacamat yapılır. Kanı arındıran en ustaca yollardan biri de sülük terapidir. Bir organda enfeksiyon oluşursa, hiçbir şey sülük kadar o organı arındırmaz. Mesela, vücutta sevda artarsa vücudun uç noktalarında çökelir ve Buerger (Burger) hastalığını doğurur, bu durumda hacamat ve ilaç, tedaviye cevap vermez.Tek çözüm yolu sülük terapidir, yoksa hastanın parmağının kesilmesi gerekebilir.

C) Cinsel Arınma

Cinsel arınma, içsel bir gıdadır. Safravi mizaçlar, herkesten çok cinsel ilişkiye gerek duyarlar, sonra demeviler gelir, daha sonra sevdavi mizaçlılar ve nihayetinde balgamiler en son sırada yer alır. Sevdavi mizaçların cinsel ilişkiye gereksinimleri fazla olup, performansları düşüktür. Balgam mizaçlı

olanlar ise, gereksinim ve performansları düşüktür. Bölgeden bölgeye de değişir, kadın ya da erkek olmasına göre de değişir. Erkekler sıcak kadınlar soğuk olduğundan, erkeğin ihtiyacı daha fazladır. Gıdalar da fark eder. Soğuk gıdalar tüketen biri on beş yaşında olmasına karşın, yetmiş yaşında ihtiyar gibi gösterir. Cinsel yeti, kazanılan ilk yeti olup kaybedilen en son yetidir. Sıcak gıdalar, cinsel performansı korur ve destekler.

Önemli Uyarı: Kadınlarda, cinselliği destekleyici en iyi gıda rezenedir. Rezene hidrolatı balla birlikte olduğunda da destekler. Tüm kadın organlarına form sağlar. Ayrıca cilt kırışıklığını da giderir. Aynı rezene, erkekte tam tersi etkiyi gösterir. Eğer her sıcak ilacı bir kadına verdiğimizde, rezene olmadan sonuç alamayız.

D) Ruhsal Arınma

1. Tamah:Alternatifi (yerine geçen) kanaattir. Hindistanlılar, sakin bir halktır, zira kanaatlidirler.

2. Bağışlama:Saadetin şifresidir. Zihinsel kargaşalardan, af ve bağışlama ile kolaylıkla üstesinden gelinir.

3. İhtiras: İnsan azgınlığa ve ileri gitmeye eğilimlidir ve dengelemesi gerekir.

4. İyi ya da Kötü Kişilerle Karşılaştırılmak: Kötü biri olmamasına karşın ve kendisinde kötü bir özellik olmamasına rağmen kötü kişilerle karşılaştırıldığında, şükreden olmalıdır. İyi insanlarla kıyaslandığında, iyi insanların özelliklerine sahip olmak için çabalamalıdır.

5. Daimi Teşekkür:Namazın kendisi teşekkürdür ve insana huzur bahşettiği gibi yaşantısını cennete çevirir.

6. Terbiye:Eğer insan iyi terbiye edilmiş olursa, huzura erer. Bir çocuğa üç gün boyunca şefkat gösterilmezse, bu davranış çocukta ruhsal travma etkisi yaratabilir ve ona zarar verir. ‘Hel’ ve ‘Elif’ istifham ayetleri, tefekkürü oluşturmayı amaçlar ama tüm bunlar, davranışın başlangıcıdır ve davranışa dönüşmediği sürece terbiye de oluşmaz. Her türlü amel, kırk kere ya da kırk gün boyunca tekrarlanırsa ‘adet’e dönüşür. Kültüralize etmek yani adet haline getirme demektir. Terbiye noktasında, ilk uyulması gereken kural, ‘kolaylaştırma’dır.

7. Doğayla Uyumlu Olma:Doğal bir manzarayı evde ya da şelalede görselleştirmek gibi. Batılılar, kedi ve köpeği hayatlarına aldılar, zira duygusal (emosyonel) açıdan yarımdırlar, sıla-i rahim (akrabalık ilişkilerinin sıkı tutulması) ilişkileri de olmadığından bununla duygusal sorunlarını doldurmayı amaçlıyorlar.

8. Allah'ı Anma:Huzur verici faktörlerin zirvesinde yer alır.

9. Ağlama:Ruhu arındırır (haftada beş dakika). Ağlayamayan biri hastadır. Amaçlı ağlama, ruh arınmasında zirve noktadadır.

10. Güzelliğin Seyri:Büyükçe bir manzara tablosu alın ve duvarınıza asın, huzur verecektir.

11. Ruh'la Uyumlu Kelimeleri İşitmek:Kötü ağızlı (şom ağızlı) kimselerin sözlerini duymayın, zira insan ruhunda olumsuz etkiler bırakır.

12. Sürekli Gıda Hükmünde Olan Sözlerin Tekrarlanması: İnsan konuştuğunda, konuşmanın kendisi bir tür tedavidir. Yani insanı boşaltır, hafifletir. Şarkı söylemenin kendisi ruhsal boşalmadır. Annenin yavrusu için söylemiş olduğu ninniler, hem anne için hem de yavrusu için yatıştırıcıdır. Duymak da bir tür tedavidir. Bir takım kişiler, onlarla sohbet edildiğinde, sakinleşirler. Bu tür temaslar, yaşantıda devamlı program halini almalıdır.

13. Akraba İlişkisi (Sıla-i Rahim): Ruha iyi gelen en iyi gıdalardan sayılır. Günlük hayatmızda olması gerekenler arasındadır.

14. Dış Cephe Kaplaması:Sakinleştirici olmalıdır. Şimdilerde, dış cephe kaplamaları soğuk yapıdadır, kireç ve taş gibi. İç döşeme eğer kerpiçten (saman ve çamur) olması en iyisidir. Zira insanın yaratılışı çamurdandır. Toprak kokusunu aldığında, ruhu tazelenir. Yağmur toprağa yağdığında, toprağın kokusu, insanın ruhunu tazeler. Baygın insanlar için en iyi ilaçlardan biri de saman ve çamurdur. Eğer yaşantınız modern olsun istiyorsanız, evinizi tahta ile döşeyin. Hiç olmazsa, kalın duvar kağıdı ile duvarı kaplayın.

UYARI: Bayılan bir kimsenin burnunun ucuna birkaç kez vurduğunuz takdirde ayılacaktır.

İslam'a Karşı Örgütlenen Amerikan – İngiliz Kumpası

Şiilik, İran'da Türkler tarafından oluşturuldu. Gazneli Mahmut, İbni Sina'nın peşindeydi ve kendisi Türktü, ilmi açıdan üstün olma arzusundaydı. İran İmparatorluğu yedi yüz sene Türk hükümdarlar tarafından yönetildi. Fiziksel yapıları o kadar güçlüydü ki 'Türk askeri ölmez.' diyorlardı. Avusturya'da, Türk askerinin Avusturya'ya kadar geldiğini göstermek için Viyana'ya 20 km uzaklıkta heykel inşa ettiler ve orada askere ateş açtılar, lavabodayken askeri şehit ettiler ve sonra anladılar ki Türk askeri de ölebiliyormuş. Ancak bu müddet zarfında, bedensel güçlerini zayıflatmaya dair araştırmaya

koyuldular. Onların “yok edici araçları”, oryantalistlerin kitaplarında kayıtlı. Bu oryantalistler, İngiltere’nin resmi ajanlarıydı ki verileri biriktiriyorlardı ve İngiltere de üzerinde çalışıyordu.

On yedinci yüzyılda Ortadoğu’da İngiliz ajanı olan Hempher’in hatıralarında var, kendisi şunları diyor:

İngiltere Dış İşleri Bakanlığının, çeşitli İslam ülkelerinde, benim gibi 60.000 ajanı var ki görevlerinden biri ‘gıda sektörü’ydü.

Reis Ali Delvari İngilizlerin karşısında durmuştu, İngiliz bir komutan geldi ve şöyle dedi:

-Reis Ali! Benim gemim, omzunda tüfekle bekleyen Hint ve İngiliz askerleriyle dolu ve depo silahla hıncahınç ve Büyük İngiltere Devleti de benim arkamda. Peki sende ne var?

Reis Ali, bir paket hurma getirdi ve şöyle dedi:

-Ben bu hurmayı yiyeceğim ve seninle savaşacağım.

İngiliz Komutan başını eline koydu ve şöyle söyledi:

-Ne dedi?

O zamanda yaptığı tek şey; askerlerine emretti ve tüm hurma bahçelerini ateşe verdiler. Ancak dediklerine göre İngiltere uzun vadeli düşünüyor. Tahran Konferansında, Gülistan Sarayında, üç kişi suyla dolu havuzun başında oturmuştular. Stalin (Sovyet Lideri) , Roosevelt (ABD Başkanı) ve Churchill (İngiltere Başbakanı). Aralarında şöyle bir konuşma geçti:

-Farz edelim ki bu havuz, İslam ülkesidir ve havuzdaki balıklar da ülke halkı. Eğer bunlar ayaklanırsa, biz onları nasıl kontrol altına alacağız?

Soruyu Stalin’e yönelttiler ve “Ne yapmamız gerekir?” dediler.

Stalin tabancasını eline aldı ve şöyle dedi:

-Hepsini öldürürüz.

Roosevelt de dedi ki:

-Bir ağ atarız, tüm balıklar, ağa doğru gelirler, ne de olsa ağın ağzı da bizim elimizde.

Amerika'nın demokrasi temeli de işte bu ağ modelidir ki sayıları iki üç partiden fazla değil. Tüm halk, görünürde özgür olmasına karşın, gerçekte bir ağın içerisindeler.

Biri şöyle anlatır: Ben Amerika'da yardım vakfının sahibiyim. Vakfın genel sekreteri beni çağırdı ve şöyle dedi: "Bu video falan yerde ve şu video da filan yerde kayıt altına alındı. O halde, her adımın kontrol altında olduğunu bil. Şimdi gidebilirsin." Özel müzakerelerinde birçok yerde her hareketini kayıt altına almışlardı.

Churchill'e de fikrini sordular. Churchill de havuzun kenarında oturdu ve havuzun suyunu boşaltmaya koyuldu. Stalin ve Roosevelt 'Ne yapıyorsun?' diyerek şaşkınca bakakaldılar. Churchill şöyle devam etti: "Bu suyu o kadar boşaltacağım ki balıklar kendi ayaklarıyla gelecekler ve ellerimize düşecekler."

Stalin ve Roosevelt "Bu yaptığının neticelenmesi epey zaman alır." dediler, Churchill ise "Biz gelecek altmış yıl için çalışırız." açıklamasında bulundu. Şimdi ise Reis Ali Delvari'den sonraki, gelecek altmış yılın bizzat kendisidir, artık kimse hurma nedir bilmez oldu, sosis ye, on yıl önce dondurulmuş Brezilya inek etini ye. Böyle olunca da beyin işlemez hale geldi, fiziksel gücün zayıfladı, karın bölgen büyüdü, bedensel zafiyete tutuldun, yirmi yaşındaki genç yürümekten aciz hale düştü, cinsel performans düşüklüğünden şikayet eder oldular, yüz güzelliğini çoktan elden vermişsin bile. Kadınlar yüzlerini bir nebze olsun düzeltmek için yüzlerine sıvama yapar oldular. Önceden yaşlı erkekler, şeffaf ve parlak cilde sahiptiler, şimdiyse gıdalar doğru olmadığından pek azdır.

Aynı oryantalist şöyle rapor ediyor: "Timur'u gördüm de yetmiş beş yaşında olmasına rağmen beş kadını idare ediyordu." Cinsel güç, bedensel güçle doğru orantılıdır. Eğer bu güç azalırsa, akıl gücü azalır, cesareti azalır, yürüyemez olur, nefes alamaz olur, bu yüzden bayrağı yükseklerde tutup, orduyu öne sürme peşine düşemez, cinsel gücü zayıf olan biri her yerde zayıf düşer.

Tüm tohumları elden geçirdiler ve bir kereden başka ürün vermez oldu.

Bugün, 800 milyon hektar arazimiz bulaştırılmıştır. Şimdiki karpuzları incelediler ve çok miktarda zehir içerdiğini gördüler ki gerçekten yenilecek gibi değil. Salatayı ki hiç sorma gitsin, saf zehir. Soğanımız ürünlerimizin en kirlenmişi. Zira, her hektara 120 kilo gübre verilmesi gerekirken 400 kilo gübrelediler ve hepsi de soğan tarafından absorbe oldu.

Geçmiş yıllarda, yeşillikte kolera olduğuna dair bir yayınla, yeşilliğimizi elimizden aldılar, onun yerini sosla tüketilen salata aldı, ister istemez hastalıklar da çoğaldı. İnsanlar eğer yeşillikleri yıkarken yarım bardak doğal sirkeyle koleranın önünü alacaklarını bilseydi, bu hastalık ilerleme katetmezdi.

İnsanın bilgisi, inancı doğurur. İnançlar, insan zihninin yönelimini şekillendirir. İnsan zihninin yönelimiyse, insanın sahip olduğu tüm kabiliyeti, söz konusu yönelime feda eder.

Bütün bilimleri yerlileştirebiliriz. Mesela, ziraatte çekirdeksiz şeftali üretebiliriz. Söğüdü şeftali ile aşıladığınızda, kök söğüt olacak şekilde, aşılandığında kökünü kes, çekirdeksiz şeftali verecek. Kavunu, salatalık büyüklüğünde iken bıçakla yar sonra çekirdeğini çıkar ve bir mendile sar, ertesi günün sabahı birbirine kaynar.

Tıbbi Bakış Açısıyla Gece Namazının Önemi

Zira akşamın mizacı soğuktur ve beynin gece vakti soğukluğu artar, bu açıdan depresyon ve bunalımlar geceye doğru insanı sarıp sarmalar. Hatta soğuk tip ağrılar, akşam ve uykuda insanı yakalar. Zira uyku da soğuktur. Eğer gündüz vakti uyursanız, bir çarşaf (ya da melefe) bile olsa yeterlidir ama akşam vakti uyursanız bir çarşaf yeterli gelmez, battaniye olması gerekir, bu yüzden soğuk algınlığına yakalanma ihtimali gece vakti yüksektir. İnsan gece vakti kederlenme ve bunalım yaşar. Soğukluğun en zirvede olduğu vakit gece yarısıdır. Böylelikle bizim soğukluğun zirve vaktinde uyuma hakkımız yok. Aksine uyanık olmalıyız ve sıcak gıda vücuda almalıyız. Bu yöntemle çeşitli soğuk hastalıkları vücuttan uzaklaştırmış oluruz. Bu yöntemin kendisi; gece uyanıklığı ve gece namazıdır. Eğer sabah vakti uyursak, alzaymıra yakalanırız zira sabah soğuktur ve uyku da soğuktur.

Akşamın mizacı soğuk olduğundan, sıcak gıda akşam vaktinde alındığında daha iyi emilim sağlar. Soğuk ağrılar, akşam vakti sıkça kendini gösterir. Uyku da soğuk olduğundan, soğukluğun şiddetinden insan uykuya dalar.

Mutedil/ılıman koku, Isparta gülü kokusudur ya da gülsuyunu yastığının yanına bırakırız ya da buhur ederiz. Sonra yasemin kokusu gelir, nergis kokusu da çok önemli zira nergis kokusu başın derinliklerine işler ve baştaki mikropları baştan uzaklaştırır.

Kirli hava, sevda yapıcıdır.

Buğday Çorbasının Önemi

İmtihan akşamı, susam yağıyla pişirilmiş buğday çorbası yararlıdır. Zira sıcaktır ve sıcaklık bilgiyi korur. Soğuk gıdalardan ve ekşi şeylerden uzak durulması ve uygun bir uyku alınması ve koku kullanılması önerilir.

En iyi tane, buğdaydır sonra arpa. İthal unlarda bu tür kalitesiz buğday çok fazladır, unun kara olmaması için kepeğini alıyorlar ama İran buğdayının kepeği beyaz ve şeffaf renklidir ve kabuğunun alınmasına gerek kalmaz. Kepekli un ılımanken, kepeksiz un soğuktur. Samanu*, sade, şümullu ve çok güçlü bir besindir. Kanının artmasını, sağlıklı ve dinç olmayı, kan yağının düşmesini ve kolestrolünün düşmesini, fazla yağından kurtulmak isteyen biri buğday çorbası yemelidir. (yarısı buğday yarısı arpa olacak şekilde, zeytin yağı ve diğer sıcak tabiatlı yeşillikler katılarak pişirilecek, günde bir öğün.) Bu yemek, çok çabuk hazmedilip cezbolunur.

Arpa, hem Peygamberlerin gıdasıdır ve hem de saçların siyah kalmasını sağlar. Arpanın soğukluğu, vücuttaki fazla sıcaklığı alır ve sonuçta sirke ve diğer ekşi tatlara ihtiyaç duyulmaz. Arpa ekmeği, çoğu kişi için sağlıklı bir besin olabilir. Beyinsel aktivitesi yüksek olanlar, sevik kullansınlar. Sevik*, uykuyu azalttığı gibi halsizliğe sebep olmaz. En iyi rejim, az hacimlive çok enerjili yemektir; sevik çeşitleri, kuru üzüm, nohut, incir, badem, ceviz ve kuru dut gibi.

ÇN: Sevik ya da kavut, çeşitli bakliyatlardan elde edilen unun kavrulmuş şekli. Seviğe dair çeşitli rivayetler mevcut olup İslam tıbbında özel bir yere sahiptir.

Dua Terapi

Ortalama kalp atışı sayısı altmış altıdır ve ebced hesabına göre Allah kelimesine karşılık gelir. İmam Sadık'tan (as) aktarılan rivayete göre: "Kalp, Allah'ın haremidir." O halde, Allah'ın evi kalp atışı sayısı kadar olmalıdır.

"La havle vela kuvvete illa billahil aliyyil azim" zikri korku ve kaygı esnasında söylenir. Eğer dakik sayısını diyecek olursak, hastanın adının ebced hesabı ile annesinin adının ebced hesabını hesaplarız ve çıkan sonuç kadar üstteki zikir söylenir.

Hastalıklar noktasında, cin çarpmış sara da görülür. Soğuk sara, sıcak sara ve çin çarpmış saranın teşhisi zor olduğundan hem hastalığın tedavisine başlanılır hem de bedenden cinin çıkarılması için gereken şu zikir söylenir: Yedi kere fatiha suresini ve yedi kere nas ve felak suresinin hastanın sağ kulağına okuyun.

Denilene göre, çok ağlayan bebek için bebeğin sağ kulağına ezanla birlikte fatiha suresi okunması söylenmiştir.

Güneşten Yararlanma Şekli

Soğuk hastalıkları topyekun güneşe havale edin. Omuzları güneşe doğru tutun zira enerjiyi az verir çok alır. Güneş yavaş olmalı yani sabah vakti ya da ikindi vakti olmalı, otuz dakika ya da kırk beş dakika kadar, kıyafet ya da pencere arkasından olmamalı.

Halıfleks ve Naylon Halıların Zararları

Yerde yalın ayak yürümek fazla enerjinin boşaltılmasını sağlar, hafifleme hissi verir ama naylon buna engel olur. Naylon halı ve halıfleks gibi ki çeşitli soğuk hastalıkları üretir, çeşitli ayak ağrıları ve kemik ağrıları gibi. Özellikle de bulaşık yıkarken kadınlar, ayaklarının altına çok dikkat etmeleri gerekir. Sıcak şeyler kullanmalıdırlar; koyun postu, keçe, yün vesaire. Öyleyse, fayans üzerinde durmaktan kaçının.

Fransız Bir Doktorun Önerisi

Eğer, İran'da kliniğinizin işlemesini istiyorsanız, öncelikle sirkeyi insanlardan çekip alın. İkinci olarak hacamatı yasaklayın. Sirke fabrikalarında bir salkım üzüm dahi bulamazsın, bu yüzden sirkenin doğal olması gerekir. Fabrikasyon üretimi sirkeler, sadece taş zemini temizlemeye bire bir. Hasta, fabrika yapımı sirkeyi tüketir ve kötüleşir ve doktora başvurur ve doktor da der ki: 'Sirke zararlıdır demedik mi? Neden sirke tükettin peki?'

Akşam Yemeği Gerekli Mi?

Diyet yapan bir kişi, akşam öğününü atlar, öğle öğününü artırır. Akşam yemeğini kesen bir kimsede ciltte kırışıklık ve erken yaşlanma meydana gelir, zira akşam yemeğinin hücre üretici özelliği vardır. Akşam yemeği yerine öğle yemeğini detaylıca yiyoruz demeyin. Yemek yemeden uyuduğumuzda, vücutta hararet toplanır ve yemek de olmadığından vücudun öz rutubetini kullanır; kuruluk ve soğukluk meydana getirir. Böyle olunca da diyet yapan kişi, zayıf düşer ve halsizleşir.

İnsan uyuduğunda nefsani gücü iç tarafa doğru çekilir ve vücut yüzeyi soğuk olur ve sindirim gücü yükselir. O halde insan akşam yemeğine ihtiyaç duyar ve akşam öğününü kaldıran diyetler yanlıştır.

Biriyle karşılaşmıştım, ona şöyle sordum “Sen otuz beş yaşında mısın.” O da “Hayır, yirmi beş yaşındayım.” dedi. Ben de “O halde neden cildin böyle kırış kırış?” diye sordum. O “Akşam yemeğini düşmanına bırak diyetini uyguladım, böyle oldum.” dedi.

İki öğün yemek yeterlidir. Biri kahvaltı ki vakti sekiz ile on arası olacak, sıcak ve kuvvetli olması gerekir. Diğeri de akşam yemeği. Akşam yemeği akşamın ilk vakitlerinde, uyumadan üç buçuk saaat önce, sıcak ve hafif olmalıdır.

Öğle Yemeği, En Sevda Üreten Öğün

İngilizler geldiler,ülkemize öğle yemeğini getirdiler. Öğle yemeği, en büyük ölçüde sevda üreten öğünlerimiz arasındadır. İslami Geleneksel Tıp’ta* kahvaltı ve akşam olmak üzere iki öğün vardır. Öğle öğünününse hiçbir yeri yoktur. Öğle vaktinde, günlük işinize koşuşturmak için enerjiye ihtiyaç duyarsınız ancak yemek yemekle, sindirim işleminin gerçekleşmesi için, büyük ölçüde kan hacmini mideye yollarsınız. Haliyle bu durumda gerekli kan, beyine ve diğer organlara yeterli ölçüde iletilemez ve beden zayıf düşer, gevşeklik gösterir ve uyuklar. Eğer yemek öğünü az olursa, hazım artar ve huzurla uyur ve uykun da derin ve kaliteli olur ayrıca erkenden uyanırsın. Sonuç itibariyle gün boyu dinç ve dinamik olursun.

ANI: Biri vardı, gecenin ikisine kadar çalışırdı. Dediler ki: “Sen bunca güç kuvveti nereden buluyorsun? O da şöyle dedi: “Ben yirmi yıldır öğle yemeği yemiyorum. Profesör Majid Samii (beyin ve sinir cerrahı) seksen yaşında olmasına rağmen, ona “Bunca gücü nereden buluyorsun?” diye sordular. Dedi ki “Ben yirmi yıldır öğle yemeği yemiyorum.” O halde, öğle yemeği yemediğimizde çalışamıyoruz diyenler yanlış düşünmektedirler.

Serap Ağrı Aksu 27-07-2018

Polen alerjisi balgami mizacının artışıyla ortaya çıkar ama bazen balgami mizacı anlık da yükselebilir tıpkı balgamiyle gelen grip ve giribin çoğalttığı balgami mizacı gibi. Ama bazen de demevi insanlarda da görülebilir, yine de muayene etmekte fayda var.

İsmail 19-07-2018

Size bir sorum olacaktı . Polen alerjisine bağlı yoğun geniz akıntısına ne tavsiye edersiniz . Balgam hıltı galebe çalmış denebilir mi ?

Mizacını Tanı Kitabı (On Üçüncü Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Üçüncü Bölüm)

15 Aralık 2017

En İyi ve En Kötü Kap Kacak

En kötü kap kacak, alüminyum olup ayrıca bedene alüminyum enjekte eden kaplamalardır. Alüminyum, kandaki hemoglobinle birleşmek için demirle rekabet eder. Eğer bedendeki alüminyum oranı artarsa, artık demire bedende bir yer kalmaz. Bu tür kaplar, alüminyumu şiddetli bir biçimde suya karıştırdığından, siz her ne kadar bu tür kapları yıkasanız da, sonradan dokunduğunuzda ellerinizin karardığını göreceksiniz ve işte bu aliminyum demek oluyor. Teflon tavaların kaplaması da kanserojendir ve alt kısmı ise alüminyumdur. İsviçre ve İsveç bu tür kapları yasaklamıştır.

Payreks cinsi kaplar (ya da ateşe ve ısıya dayanıklı cam), zararsızken, dökme demir, çinko, çömlek ve bakır tavalar eğer kalaylanmış olursa iyidir. Taş tavalar birinci derece sayılır. Emaye kaplar eğer çizik olmazsa iyidir. Plastik kaplar alerjendir. Çelik tavalar da zararlıdır.

Ateşliyken İştahsızlığın Sebebi

Ateşi çıkan birinin iştahı da kesilir. Zira vücudun tüm gücü, vücuda giren mikroba odaklanmıştır. Yemek verildiği surette, vücudun gücü bölünür. Vücut mikropları uzaklaştırdığındaysa, askerler serbest bırakılır ve iştah da geri döner. Şimdi yemek verebilirsin. Öyleyse zorla yemek yedirmek yanlıştır.

İçeceklerin Bir Takım Zararları

1. Karaciğerde bozulmaya sebep olur.

2. Kemik erimesi yapar.

3. Şişmanlatır.

4. Kanserojendir.

5. Mide ülserine yol açar.

6. Bedensel halsizliğe sebep olur.

7. Cinsel performas düşüklüğü yapar.

ÇN: İçeceklerden kasıt, gazlı ve zarar teşkil eden içeceklerdir.

Rivayette geldiği üzere, sıcak yemeği üflemeyin zira ağızdaki karbondioksit gazı yemeğe karışır ve zarara yol açar ama içeceği karbondioksit gazıyla gazlı hale getirdiklerinden daha çok zarara sebep olmaktadır.

En iyi yiyecek ekmek, en iyi içecekse sudur. Ancak bugünkü sofralarda bu iki gıdaya yer yok, bunun yerine pilav ve içecekler yer almış.

Siyonistleri karbondioksit gazıyla zehirleyip öldürdüklerinde, siyonistler dünya halkını aynı gazla öldüreceklerine dair ant içtiler. Bu yüzden gazlı içecekleri ürettiler ve rengini siyah yaptılar. Baktılar ki kimisi siyah içmiyor, sarı renkli yaptılar ve kimisinin sarı da içmediğini gördüklerinde renksiz yaptılar. Ülkemizde de gazlı maden suyu icat ettiler.

Malezya, Coca Cola içeceklerini helal gıdadan saymazlar ama kendi ülkemiz dünyada en çok tüketen ülkeler arasında yer alıyor.

Banyo Sonrası Ayakları Soğuk Su ile Yıkamanın Felsefesi

Banyo sonrası, ayaklarınıza soğuk su dökün denmesinin sebebi, ayağın insanın 'ikinci kalbi" sayılmasıdır. Bu yüzden de insan ya ayaktan ya da baştan soğuk algınlığına yakalanır. Banyo sonrası, ayaklara soğuk su döktüğümüzde damar kasılmasına yol açar ve kan yüzeyden derinliklere doğru kayar ve bedenin kendi hararetini kaybeder ve sonuçta banyo sonrası, soğun algınlığına yakalanmayız. Eğer birinin soğuk algınlığına yakalandığını hissettiğinizde, bal ve limon suyu içsin, soğun algınlığını giderir ve eğer soğuk algınlığına yakalandıysanız; iki bal kaşığı bal + üç damla taze limon suyu + nane hidrolatı, her sekiz saatte bir bir bardak için.

Ayın Çekim Gücünün Vücut Üzerindeki Etkisi

Ayın çekimi, sinirlenmeye sebep olur. Özellikle de kameri ayın ortalarında. Zira çekim gücü, kan bileşenlerinin yüzeye yükselmesine neden olur ve beyni sıcak eder ve bu sıcaklık da sert hareketlerin ortaya çıkışına yol açar. Bu yüzden, kaza, adam öldürme, yağmalama ve kavgalar kameri ayın ortasında sıklıkla yaşanır. Biz de bu günlerde, soğuk mizaçlı gıdalara ağırlık vermeliyiz; limonata, portakal çiçeği şerbeti gibi. Soğuk mizaçlı kişiler de, kameri ayın başlarında ve sonlarında halsiz ve bitkin olurlar. Sebebiyse ayın çekimi. Bu yüzden bu tür kişilerin, bu günlerde sıcak gıdalar tüketmeleri gerekir. Bu kişilere "mutlu ol, gül eğlen" diyemezsin.

Hacamat, Neden İlkbahar ve Sonbahar Mevsimlerinde Yapılmalı?

Kış mevsiminde hava soğuduğundan, cilt de soğur ve kasılır, dolayısıyla kan iç taraflara çekilir ve sindirim artar ve kan üretimi de artar ve kan galebesi meydana gelir. Bu açıdan ilkbahar mevsimi, hacamat için en iyi mevsim sayılır. Yazda ise, safra artış gösterdiğinden, yanmış sevda üretir ki hacamatla dışarı atılması gerekir, bu yüzden de sonbahar hacamat mevsimi kabul edilir.

Kış ve Yaz Aylarından En İyi Biçimde Nasıl İstifade Edebiliriz?

Yaz aylarında, aşırı soğuktan kaçının, kış aylarında ise aşırı sıcaktan uzak durun.

Kış ayında akciğerlerin mizacı sıcakken, yaz aylarında soğuğa döner. Dolayısıyla, akciğerler soğuk havada, soğukluğu severken sıcak havalarda ise sıcaklığı sever. Kış aylarında, evin havasını sıcak etmek yerine, daha çok yorgun örtün. Yazda da sıcak havayı soluyun, bunu yapmaya çalışın yoksa beyniniz işlevsiz kalır.

İpek, Erkeklere Neden Haram?

İpeğin mizacı sıcak olup erkeğin mizacı da sıcaktır. Kadınların mizacı ise genel itibariyle soğuktur. Bu açıdan da kadınlara yarar sağlar. Altın da böyledir. Ancak sıcak mizaçlı bir kadın, altın pek sevmez. Çünkü altının mizacı da sıcaktır. Çok soğuk beden için altın suyu veririz. Ancak altının emilim sıcaklığı erkek için zararla sonuçlanır.

Matem Merasimlerinde Hurma Dağıtmanın Felsefesi

Matem merasimlerinde* hurma dağıtırlar.

Hüzün toplantıları, soğuk yapılıdır, hurma ise sıcaklık sağlar. Gülsuyu da sıcak kokulardandır, gamın soğukluğuna tahammül edebilmesine yardımcı olur. Düğünde de, şen şakrak olmak için sıcak şeyler yerler. Soğuk mizaçlı gıdaların -balık gibi- o gün yenmemesi gerekir. Eğer yenilirse, sadece yaz ayında o da hurmayla birlikte ve az miktarda yenmesi gerekir.

Tüm kalp krizi geçiren hastalarım, balık yedikleri bir akşam vaktinde kriz geçirdiler. Balık, akşam ve uyku soğuk olduğundan, soğuklar bir araya gelince krizle sonuçlandı, bu yüzden Araplar der ki "Akşam vakti balık yemek haramdır.". Ancak karides sıcaktır.

Balık yememek de doğru değil ancak muslihi (düzenleyici) ile birlikte yenmesi gerekir. Balığı kötü yeme, kötüdür; yumurtayla beraber balık konservesi gibi. Bu yiyecek, soğuk hılt ürettiğinden, yüz ve ciltte koyulaşmaya sebep olur, ciltte koyulaşma da küçük damarlarda tıkanıklığa zemin hazırlar, özellikle de beyin ve kalp damarlarında.

Psikoloji üzerine yaklaşık 4000 sayfa okudum, sonra psikolojiye dayalı hadisleri inceledim. Şimdi bile neden en başta hadis okumadım diye kendimi affetmiyorum. Hadislerimiz oldukça derin manalar içeriyor. Beyninizi, hadis dışı bilgilerle doldurmayın, eğer birazcık iman olursa yeterdir.

Yemekten Önce Bismillah Demenin Rolü

1. Yemeğin kalitesini artırır.

2. Yemekteki bereket ve verimi artırır.

3. Yemekteki zarar olasılığını giderir, yemeğin korunmasına yardımcı olur; yemek korunduğunda da beden de korunur ve kabirde çürümez.

Toplamda, yedi öğün/vade yemeğe ihtiyaç duyarız. İki öğünü maddi olup geri kalan beş öğünü manevidir. Eğer "Makam-ı Mahmud"a erişilirse, manevi öğün altı olur.

Genetik Hastalıklar

Genetik hastalıklar, bir tür mizaç hastalığıdır. Genetik bizim açımızdan mizaç demek oluyor. Mesela, sevdavi mizaca sahip bir annenin hem sütü hem de rahmi sevdavidir. O halde çocuk da sevdavi olur.

Bir çift baskın genin terkibi, baskın mizacı ortaya çıkarır. Mesela, sıcak mizaçlı erkek ile soğuk mizaçlı kadın evlendiğinde, bu çiftin çocukları ya soğuk ya sıcak ya sıcak-soğuk karışımı olur. Bir mizaç, birkaç neslin gelip geçmesiyle değişir ve insan ilk mizacına tekrardan geri dönebilir.

Yirmi iki yaşlarında, oldukça sıcak mizaçlı bir hastam vardı. Ancak unutkanlık problemi yaşıyordu. Normalde çok zeki olması gerekirdi. İnceledikten sonra fark ettik ki boya fabrikasında çalışıyormuş; boyanın kimyasal kokusu, hastanın başını soğuk etmiş. Bu tür kişilerin tedavisinde, yemek yoluyla sıcaklık sağlanamaz, zira bedeni sıcak, yalnızca başı soğuk. Bu yüzden, sıcak kokularla başını sıcak etmeliyiz. Bu tür vakalar sıkça görülür, bu da gösteriyor ki teşhis ederken çok dikkatli olmamız gerekir.

Adet/Alışkanlık

Bir iş, kırk gün boyunca yapıldığında adete dönüşür. Adet de kişinin mizacı olagelir. Biz toplumu yalan ehli olmamaları yönünde alıştırabiliriz.

Alışkanlığın bırakılması hastalık doğurur, zira alışkanlık, birikmiş sevda meydana getirir ve birikmiş sevdanın ani bir biçimde bırakılması, hastalığa sebep olur. Sevdavi biri, her şeye geç alışır.

Kuran-ı Kerim'de 'takva' kelimesi 365 kez geçer. Yani, adet haline gelmesi gerekir. Takva demek ilahi yönelim demektir.

Aşırı Uykunun Etkisi

Aşırı uyumak, aşırı soğukluğa neden olur. Aşırı soğukluk da eklem ağrıları gibi sorunları ardı sıra getirir. Tedavi noktasında ise, uykuyu azaltmasını ve hareket etmesini tavsiye ederiz. Çünkü hareket sıcak olduğundan eklemlerdeki soğukluğu giderir ve öncelikli hareket namazdır, yürüyüşü de ekleyecek olursak ağrı sorunu ortadan kalkar. Soğuk mizaçlı insanlar için yürüyüş ilk etapta çok zor gözükse de yürüdükçe yürüyüşün tadına varacaklardır. Soğuk mizaçlı insanların hareket etmesine, genelde bir başka kişinin yardımcı olması gerekir. Dolayısıyla hasta olan biri soğuk olduğundan hareket etmeye güç yetiremez ve kendisi kendi ilacını alamaz.

Uyku ve Uyanıklık

Uykunun tanımı: Nefsin duyulara direktif vermemesi sonucu duyu aygıtlarının işlevsiz kalması.

Nefsin duyulara direktif vermemesinin sebebi; nemdir. Yani beyindeki rutubet artarsa, uyku da artar ve azalırsa uykunun süresi de azalır. Ancak uykunun niteliğini sıcaklık ve soğukluk belirler. Eğer sıcaklık artarsa, uyku derin olur, eğer soğukluk artarsa uyku derin olmaz.

Sorun ve sıkıntılar, uykuyu azaltır, zira sıkıntı halinde nefs, duyuları bırakmaz ve meşgul bir zihinle insan uyuyamaz ve yersiz uykular da unutkanlık getirir; gece birde ya da ikide uyumak gibi.

Uykunun, altı ile sekiz saat arası, dört saati aralıksız bir biçimde olması gerekir. Uykusu az olan her çocuk, bedenin sıcak olduğunun göstergesidir.

En iyi sindirim, uyku esnasında gerçekleşir. Zira, kan daha iyi üretilir ve beden harareti iç taraflarda toplanır ve elden çıkan gücü yeniler ve uyku sonrasında insan dinç olur.

Kaylule Uykusunun Sağlık Açısından Değerlendirilmesi

Bir günün en soğuk olduğu zamanı, sabah ezanına yarım saat ya da bir saat kaladır ve bu soğukluk da balgam üretimi demek oluyor. Balgamın artmasının bir başka belirtisi de unutkanlıktır, tedavisi de sabah ezanından önce uyanmaktır. İbadetin mizacı da sıcaktır. O halde, ibadet hastalıkları önler. Aksine günün en sıcak vakti öğle ezanı sularıdır. Uykunun mizacı da soğuk olduğundan, kaylule uykusu, bedenin hararetini yatıştırır ve belki de bundan dolayı kaylule uykusu müstehap olarak bilinmektedir.

UYARI: Gülsuyu koklama, beyindeki balgamı giderir ve beyindeki balgam giderilince de insan derin ve rahat bir uyku çeker. (Eğer balgam şiddeti fazlaysa, gülsuyunu portakal çiçeği ile karıştırın ve uykudan önce koklayın.)

UYARI: Uyku soğuk algınlığına yakalanan bir hasta için iyi değil. Zira uyku soğuk olduğundan şahıs da soğuğa tutulduğundan, bu yüzden soğuk algınlığı yaşayan biri, az dinlenmelidir.

Uyanıklık, hareket demektir. Hareket de, yoğun ehlatı pişirir ve latif ehlata dönüştürür. Eğer uykusuzluk ve hareket artarsa, latif ehlatı piririr ve en latif ehlatsa ruhtur, bu yüzden ruhu kullanır, vücuttaki enerji azalır ve zayıflığa neden olur. (Ruhtan kasıt, ölüm anında bedenden çıkan ruh değil, hayvansal ve tabiiye/doğal* ruhtur.)

ÇN: Tabiiye ruh ya da doğal ruh için şunları diyebiliriz: Cürcani'ye ait olan Zahire-i Harzemşahi adlı yapıtta şöyle bir açıklama yer alır: İnsanlarda üç tür güç bulunur: Tabii, hayvani ve nefsani. Bu güçlere ervah/ruhlar da denilmektedir. Eski hekimlere göre ise, ruh üçe ayrılır: Tabiiye, hayvaniye, nefsaniye. Tabiiye ruh, bitki ve hayvan arasında ortaktır, yeri karaciğerdir ve atardamar dışında tüm vücuda

gönderilir. Bu tabiiye ruha; nebatiye, namiye ve şehvaniye de denilmektedir. Hayvaniye ruhun yeri kalp ve nefsaniye ruhun yeri ise beyindir. Galen de ruhu, hayvani, tabii ve hayati olmak üzere üçe ayrırır.

ÖNEMLİ UYARI: Havanın kararmaya başlamasından gece yarısına dek, bir saat uyku üç saat uykuya bedel. Gece yarısından sonra, bir saat uykunun karşılığı yine bir saattir. Ama gündüz uykusu gece uykusu gibi değildir.

İki tür uykusuzluk vardır; aşırı balgamdan ötürü olan uykusuzluk ve aşırı safradan ötürü olan uykusuzluk.

İkisinin farkı şu ki, aşırı balgamda başta ağırlık, ağız ve burun akıntısı görülür ama aşırı safrada bu tür belirtilere rastlanmaz.

Uyanıklık, kuruluk getirir. Ruh ise, içte toplanmaktan çıkar, mide ve bağırsağı boşlar, bu yüzden de hazım geç olur, ancak açlık fazladır, o halde yemek sonrası spor yapılmamalıdır.

Balgam mizaçlı biri, bedendeki nemin kullanımı, balgamın dışarı çıkması sonucu kana dönüşümü için akşam yemeğini az yemelidir. Sonuç olarak, böyle bir kimse zayıflar.

Harekete, kaybettiğimiz hararetten ötürü ihtiyaç duyarız. Hareket de hareret üretir.

İstifra* Çeşitleri

1. Spor

2. Terleme

3. İdrar

4. Kusma

5. İshal

6. Hacamat

7. Sülük

ÇN: İstifra Türkçe'de her ne kadar kusma olarak kullanılsa da istifra ya da istifrağ ferağat/feragat kelimesiyle aynı köktendir. Kısaca şöyle denilebilir; vücudun atıklardan arınması, kurtulması.

Spor'a Dair Bilinmesi Gerekenler

Mizaca göre spor yapılmalıdır, zira spor kuruluk meydana getirir. Bu kuruluk kişiden kişiye değişir. Yanlış spor, kötü ehlatı üretir. Vücutta kötü ehlata sahip kimselere, spor yap dersek, bu çökelmeye yüz tutmuş ehlatı galeyana getirir ve damara set çeker ve iyileşmesi zor hastalıklara yol açar.

Açlık halindeyken spor yapılması, bedenin sahip olmuş olduğu kendi rutubetinin kullanılmasına neden olur ve bu da daha çok kuruluk doğurur. Dolayısıyla, spor açlık halindeyken safravi mizaçlar için çok zararlıdır.

Terleme

Terleme, beşinci sindirim (damarlar) atıklarıdır. Vücuttaki suyun bir miktarı böbrekler yoluyla atılırken, bir miktarı da damarlara geri döner, organa ulaştığında besin maddesi ayrılır ve organlar tarafından emilir ve suyun bir kısmı da damarlar tarafında emilir ve bir kısmı da hazım sonucu oluşan artık maddelerle karışır ve terleme yoluyla dışarı atılır.

Bir organda aşırı terleme, o organda bir hıltın aşırı olduğunu gösterir.

Safravi mizaçlarda terleme seyrektir, balgam mizaçlılarda ise aşırıdır.

Hamilelerde görülen sabah bulantısı ikiye ayrılır;

1. Safra kaynaklı

2. Balgam kaynaklı

Safra kaynaklıysa, hacamat yapılır, balgam kaynaklıysa sıcak gıdalar tüketilir.

Allah'ın Şaşırtıcı İşleri

Biz Allah'ın sözlerine güven duymak için dünyaya geldik. Allah ki şu ana dek hiçbir varlığa ne zulüm etmiştir ne de edecektir. Eğer yarattığı karınca olursa, karıncaya şöyle diyecektir: "Yaşadığın yer nemli olduğu için taneyi ikiye böl (tane bütün şeklinde olursa çimlenir)". Yılana da şöyle diyecektir: "Sen yılansın, sağlığını koruman için bünyende bir miktar zehir olması gerekir, ayrıca yarpuza yaklaşma zira yarpuz zehrini nötürler ve etkisiz hale getirir." Ata da şöyle der: "Su birikintisinden su içtiğinde, sülük vücuduna girebilir ve zayıf düşebilirsin, dolayısıyla su içtikten sonra biraz tuz ye ki sülüğü kusabilesin." Tavuğa şöyle der: "Tilki kümesine saldırdığında kalsiyum eksikliği yaşayabilirsin, bu kez yumurtanı kabuğuyla birlikte ye, böyle yaparsan kalsiyum eksiliğini sağlamış olursun. Kaplumbağaya da şöyle der: "Yılan eti iyidir ancak zehirlidir de. Yediğin takdirde, zehrin seni etkilememesini istiyorsan, bir bitki var onu ye, yersen zehir sana etki etmez." Kırlangıca da şöyle der: "Yavrunun gagası sarılaştığında bil ki yavrun sarılığa yakalanmıştır. Bir tür taş var onu ye, ya da balık ye ve yavrularına da yedir." Leopara da şöyle der: "Senin doğumun zordur bu yüzden hamile kalmamak için üşnan/çöven otu ye, eğer hamile kalmak istersen rezene ye." Bu hayvanlar, Allah'ın sözüne uydukları için biyolojik düzenleri doğru işliyor. Hiçbir leopar kanser ya da vitiligoya yakalanmamıştır. Tüm hayvanların, kuşların gevişgetirenlerin biyolojik düzeni doğru işler. Ancak insan karıştığında yanlış işleyiş baş gösterir. Bu Allah'ın dosyasıdır. Böyle bir dosyaya sahip olanın sözlerine uyulması mı daha iyi yoksa doğu ve batının sözleri mi?

Bu konuya ilişkin İmam Ali şöyle buyurur: "İlim bir nokta idi ve cahiller onu çoğalttı." Cahiller artırdı, yaranın ilacı azıcık bal sadece, bunca şeye ne gerek var?

Klasik tıpta, vitiligonun çaresi yok. Baş ağrısının çaresi yok. Diyabetin, yüksek tansiyonun ve depresyonun çaresi yok.*

*ÇN: Tedavisi olmayışından kastı, tam olarak iyileştirme gibi bir durumun olmayışı. Yoksa elbette ilaç tedavileri olmaz olur mu? Hayrendiş Bey, köklü bir iyileştirmenin olmayışından yakınıyor. Neden kökten işi bitirmiyorlar mantığına getiriyor anladığım kadarıyla.

Burun estetiği geçirenlerin yaklaşık yüzde yetmişinin dediği şu: "Önceki burnumuzu geri istiyoruz."

Kimyasal ilaçlar hususunda, yüzde yetmişinin yan etkisi var. 200 yıl araştırma yaptık ve şu an ki noktaya eriştik. Gerçekten bu durumu devam ettirmemiz akıllıca mı?

Bu bizim raporumuz, bu da Allah'ın raporu, hangisi daha iyi?

Günümüz Tıbbının İyileştime Oranı

Ülkenin tıbbının dahilerinden sayılan ve çeşitli branşlarda uzmanlığı olan bir doktor, tıbbı şöyle açıklıyor: Tıp, belli bir grup insanın geçimi için tasarlanmış ve tedavi edebilirliği hastalıkların yüzde yirmi beşlik dilimini iyileştirebilecek derecede olan –elbette bu yüzde yirmi beşlik dilim, doktora başvurulmadığı takdirde bile kendiliğinden iyileşebilecek formdadır- yüzde otuz oranında hastalık çaresiz/tedavisiz sayılır, tıp da iyileşmeyeceğini bildiği halde, geçimlerini (maişet) sağlamak için yüzde otuzluk kısmın tedavisini üstlenirler ve hepsi de ölür. Geri kalan yüzde kırk beşlik dilim ise, tedavisi olmasına rağmen ancak bilgince tedavi edilmediğinden hastalıkları ilerleme gösterir. Bu dahi doktor, ömrünün sonlarında yani altmış yaşında İslam tıbbını araştırmaya koyuldu ve İslam tıbbına yönelmesi hasebiyle de tehditlere maruz kaldı.

Kimyasal ilaç kullanmayı kendime haram kıldım. Şah döneminde, birkaç doktor, hekimlik için ülkemize gelmişlerdi. Ben de onlara tercümanlık ediyordum. İçlerinden biri soğuk algınlığına yakalanmasına rağmen ilaç kullanmadı. Ona neden ilaç kullanmadığını sordum. Dediği şuydu: “Yan etkisi var. İlaç kullansam da kullanmasam da, soğuk algınlığı üç güne kalmaz iyileşir.” Ben de ona “Siz bizimle kafa mı buluyorsunuz?” diye çıkıştım.

Sağlıklı Hamam

Sağlıklı hamam, duvarları kireç (vücudumuzun ihtiyaç duyduğu kireçteki iyonlar suya karışır) ve hazinesi de bakırdan olandır (vücudumzun emilen bakıra ihtiyacı vardır). Hamamda en çok sevdavi mizaçlar kalmalıdır (bir saat). Sonra balgam mizaçlılar (kırk beş dakika), sonra demevi mizaçlar (yarım saat) ve daha sonra safravi mizaçlar (on beş dakika). Günümüz hamamları bir tür arınma aracıdı, buna karşın İslami hamamlar tedavi edici özelliktedir.

İslami hamamlar, eskiden İran’da vardı, sonra Amerikalılar ve Avrupalılar tahrip ettiler ve İslami hamamların yerine günümüz hamamlarını bina ettiler.

UYARI: Bir paragrafta, ‘hamam, balgam sökücüdür” açıklaması geçiyorsa, kasıt eski ve İslami hamamlardır, bugünkü balgam üretici hamamlar değil. Hamamda hamam otu (nure) kullanılması yararlıdır.

Neden Yemek Esnasında Su İçmemeliyiz?

Yemek yerken su içmememiz gerekir, zira su, ağız suynun tüm lokmayı çevreleyememesine neden olur ve yemeğin sindirimi uzun sürer, eğer yavaş yersek daha çok ağız suyu tahrik olur ve midedeki yemeği seyrelten asıl madde ağız suyudur ve sindirimin en iyi biçimde gerçekleşmesine neden olur.

Ağız Suyu

Yemeğin doğru şekilde sindirimi için ağız suyu ile karışması gerekir. Ağız suyu bileşenlerinin yüzde otuzu bilinirken, geri kalan yüzde yetmişlik dilimi belli değildir. Yemek, ağız suyu ile vücut tarafından emilir, ağız suyu olmadan emilim gerçekleşmez. Yemek yerken, görsel ve işitsel ögeler oldukça etkilidir. Ağız suyu ile yemek yiyen biri kabızlığa ya da ishale yakalanmaz. Şimdilerde karaciğer yağlanması almış başını gidiyor, sebebiyse; ağız suyunun salgılanmaması. Zira su ile yemek yiyorlar ve ağız suyu da salgılanmıyor.

Parmak uçlarını yalamakla bir madde salgılanır ve söz konusu madde iştahsızlığın ilacıdır. Eğer buğdayı su ile hamur hale getirirsek ve çıban/apse yerine koyarsak, apsede hiçbir değişim olmaz ama aynı buğdayı ağız suyu ile karıştırıp hamur haline getirirsek ve çıban yerine koyarsak, çıban patlar. El ile yemek, yemeğin vücuda emilimine yardımcı olur.

Diş çekimi esnasında yaklaşık beş yüz kılcal damar yırtılır ama ağız suyu kan kaybının önünü alır.

Coğrafik Konumun Önemi

Ay ve yıldızlar kendine özgü ışınlar yollarlar ve bu ışınlar insana ulaştığında insan üzerinde özgül fiziksel bir etki eder ve özel bir haleti doğurur ve bu yüzden insanda belli başlı davranışların gelişimine neden olur, bu konu özel bir alan kapsamında olup iki kola ayrılır:

1. Astroloji (ilm-i nücum/yıldız ilmi); yıldızların konumunu inceler.

2. Kehanet ilmi; yıldızın yaydığı ışınların özelliklerini inceler.

Yıldızların, ayın ve güneşin, insan üzerinde belli bir zamanda görülen olumlu etkisinin sonucuna ‘said saati’ deniliyor, eğer bu etki olumsuz olursa ‘nahs saati’ deniliyor.

Eğer bir tohumu belli bir coğrafyada ekersek, tohum o bölgenin özelliklerini taşır. Mesela, kuru ve sıcak bir yerde ekersek, ürün de kuru ve sıcak yapıda olur. Mesela, biber tohumunu Veramin’de (Tahran eyaletine bağlı bir şehir) ekecek olursak, çok acı olur ve aynı tohumu Hamedan’da (Hamedan ılıman bir iklime sahiptir) ekersek acılığı daha az olur. Eğer Reşt şehrinde (yağmurlu havası ile ün

yapmış bir şehirdir) ekersek, tatlı olur. Zira Veramin, kuru ve sıcaktır, Hamedan'ın nem oranı daha yüksektir ve Reşt ise oldukça nemlidir. Sera salatalığının soğukluğu normal salatalara göre oldukça fazladır.

Kirman'da yaşayan bir yılanın zehri, Kuzey'de yaşayan bir yılanın zehrine göre öldürücü özelliği yüksektir. Zira Kirman yılanın sıcaklığı yüksektir.

Kara koyunun mizacı, ak koyuna göre daha sıcaktır veya Sebelan ve Sehend yüksekliğinde otlayan koyun, kuru çölde olan bir koyuna göre et bakımından fark eder. Zira Sehend ve Sebelan dağlarının otları türlü türlüdür, bu dağlarda otlayan koyun daha iyidir.

Bugünkü Tavuk Etleri Sağlıklı Mı?

Genç kızlar, yüzlerinde beliren tüylenme şikayetiyle başvuruyorlar. Bu durum, hormonlu et ve tavuk eti yemenin sonucudur. Hayvanın manevi özellikleri de insana geçiyor. Mesela, çok tavuk yiyen biri, detaycı olur. Horoz eti tavuk etinden daha iyi zira horoz gayretli ve ailesine düşkündür, eğer yiyecek bir şey bulsa tavuklara da verir. Tavuğun besin değeri, yediği ile doğru orantılıdır. Kara tavuk, beyaz tavuğa göre daha sıcaktır. Yumurta da böyledir. Yani yumurta sarısı ne kadar koyu olursa sıcaklığı bir o kadar fazla demektir. Şimdiki yöresel yumurtalar ılıman mizaçlıdır.

UYARI: Etler arasından, devekuşu eti sıcaktır ancak kuru değildir. En sıcak et ise, serçe etidir sonra güvercin, sonra bıldırcın ve daha sonra ise hindi eti gelir.

Deniz ürünleri arasında en sıcağı, karidestir. Güney denizi balıkları, kuzey denizi balıklarına göre daha sıcaktır. Havuzda yetişen balıklar tamamen soğuktur.

Cin Boğmasının Sebebi

Soğuk mizaçlı bedenlere cin girebilir, kabus görme de beynin soğukluğundan kaynaklanır. Bir kişinin cinin kendisini boğduğunu hissetmesinin nedeni vücudunda soğukluk olduğuna işarettir. Beden soğuduğunda, nefes daralması meydana gelir, aslında sinedeki balgam artmıştır. Ruh bakıyor ki vücut soğuk ve balgam da artmış ve nefes almaya mecal yok, kendisini heyula boyutunda görüyor ve gelip cisim üzerinde yerleşiyor ve sizinle kavgaya tutuşmak istiyor, şahıs da o şeyi görür kaçmayı ister ve yer değiştirir. Yer değiştirdiğindeyse, akciğerlerinden biri hava ile dolar ve sizde rahatlama hissi uyanır ve diri kalırsınız.

Bitkilerde Maneviyat

Maneviyat, bitkiler ve ağaçlar üzerinde etkilidir. Ben bir tarlada on dört sıra ceviz ekmiştim ve on dört sıranın hepsi de yeşillenmişti ama işçilerin ektiği cevizlerin bazısı yeşillenip bazısı yeşillenmemişti. Çünkü ben ekim esnasında salavat göndermiştim.

İran narını Almanya'da ektiler ve tatsız çıktı. Çünkü Almanya daha soğuktur. İran elmasını orada daha çok sevmekteler çünkü Almanya elmasına göre daha lezzetli. İran Şam fıstığını Kaliforniya'da ektiler tatsız çıktı. Çünkü İran bozkırları Kaliforniya bozkırlarından daha sıcaktır.

Bazı hıltlar, sağlıklı hılta dönüşebiliyor. Bu tür hıltları gıdalarla sağlıklı hılta çeviririz. Ama bazı hıltlar da dönüşebilir cinsten değil, dolayısıyla bu hıltları vücuttan fasd yöntemi ile dışarı atarız. Fasd, vücudun derinliklerinde yerleşik olan artık soğuk yapıda hıltları vücuttan dışarı atar. Eğer yüzeyde olursa hacamat ile atılabilir.

Soğuk hastalıkları sıcak hacamaat ile sıcak hastalıkları soğuk hacamat ile tedavi ederiz. Ancak sevdavi mizaçların tedavisinde hacamat yeterli gelmez. Bu yüzden, bu tür hastalıklarda öncelikle sevdanın sökülmesi ve erimesi için söktürücü verilir, sonra hacamat yapılır. Eğer söktürücü vermeden hacamat yaparsak, bir iki hafta iyi olur ama sonra hastalık nükseder.

Vücudu Arındırma Aşamaları

1. Genel hacamat

2. İki hafta süresince Sirkencübin

3. Sakral hacamatı

4. İki hafta süresince Sirkencübin

5. Sol baldır hacamatı

6. İki hafta süresince sirkencübin

7. Sağ baldır hacamatı

8. İki hafta sonra iki kürek kemiği hacamatı

9. İki hafta sonra mastoid hacamatı

10. İki hafta sonra baş hacamatı

UYARI: İki kürek kemiği hacamatının tam yeri, omzun iki tarafında kemik üzerindedir ve bu hacamat, iki omza da uygulanan tek hacamattır.

Eğer bu işleri yaptıysak, fasde ihtiyaç en aza indirgenir.

Kimi vakit de soğuk hılt yapıda sevda maddesi bir bölgede birikebilir, bunun sebebiyse; enfeksiyon, yara veya darbe olabilir. Böyle bir durumda uçtan uca (tüm vücudu kapsayan) söktürücü verirsek, ilerlemesini durdurabiliriz ancak nihai sonuca erişemeyiz. Eğer lokal ilaçlar verirsek, geç sonuç elde ederiz. Bu yüzden, bölgesel dışarı atıcı ilaçlar vermeliyiz, sülük gibi.

Hıltın Dışarı Atımında İzlenilen Aşamalar

1. Söktürücü veririz; en iyi söktürücü sirkencübindir.

2. Hacamat

3. Fasd

4. Sülük

Eğer balgam derinlere işlemişse, yüzü beyaz ve kasları sert olan biri gibi, tedavisinde şerbet (üç ölçek bal + bir ölçek tuz) verilir, sonra ısırgan otu çorbası, nane çorbası ve bol zencefilli arpa çorbasını devreye sokarız ve acil etkin tedavisi ise şudur: Dört ölçek bal + bir ölçek biber, günde bir çay kaşığı kadar olacak şekilde.

Tedavide Aşağıdaki Hususları Göz Önünde Bulundurmalıyız:

1. Hastanın soğukluk oranı.

2. Söz konusu hıltın dağılım oranı

3. Yaş

4. Yaşanılan bölgenin coğrafik konumu: (Kum sirkencübini ile Reşt sirkencübini fark eder.)

5. Ahlak ve terbiye

6. Baskın gıda

7. Ağırlık

8. Mevsime göre reçete (Sirkencübinin içeriği yazdan kışa fark eder.)

Hastanın safrasının savılması için, sirkencübin/sirkengebin* verilir.

ÇN: Kelimenin aslı sirkengebindir. Sirke ve engebin kelimelerinin birleşiminden türemiştir. Pehlevi diline göre (orta Farsça) engebin, bal anlamına gelmektedir. Sirkencübin Türkçe'de yaygın kullanım şeklidir. Kitabın ilerleyen bölümlerinde sirkencübinin hazırlanışı bahsedilecektir.

Sirkencübin, safrayı tahrik ettiği gibi kusmayı şiddetlendirir. Hasta, midede biriken komple safra dışarı atıldığında sağlığına kavuşur. Klasik tıpta, midedeki bu sıcaklığı rutubet yapıcı özelliği bulunan serum yoluyla kontrol altına alıyorlar, serum vücut tarafından emildiğinde, bir sonraki hafta kusmalar başlar ama sirkencübin safrayı vücuttan dışarı yollar.

Kadınların Regl Döneminde İbadet Etmelerinin Haram Oluşunun Nedeni

Tıbbi bakış açısıyla yaklaşacak olursak, regl döneminde kadınların ibadet etmesinin haram oluşundan bir sebep de kadının bedeni soğuk olduğundan ve regl döneminde de daha da soğuduğundan, su vücut organlarına değdiğinde, özellikle arınırken, yine soğur, dolayısıyla soğuk hastalıklar kadında baş gösterir. Soğukluk, %98 oranında, hastalıklarda etkendir. Over kistinin sebebi, regl dönemindeyken

banyo yapmak ve arınmayla birlikte tuvalet ihtiyacını gidermektir. Eğer bu günlerde su karın altı bölgesine erişirse, rahim rutubeti toplar ve over (yumurtalık) kistine neden olur. Bu yüzden Allah bu günde kadının ibadet etmesine ara vermiştir. Zira ibadet arınmaya bağlıdır ve bu durum da rutubetin artışına neden olur.*

ÇN: Elbette aksi görüşler de söz konusu olabilir. Regl döneminde rutubeti ve soğukluğu tetikleyen tüm etkenler kadının zararına olabilir ancak Hayrendiş Bey'in önceki bölümlerde de dediği üzere ibadetin kendisi sıcaktır. Böyle bir yaklaşım, pek aklıma yatmadı diyebilirim. Çok da teferruata girmek, işlerin sarpa sarmasına ortam hazırlayabilir.

Enfektesiz kist yani balgamın kristalleşmesi. Bu hastalığın tedavisinde, bir nohut kadar şap tozu+bir bal kaşığı bal ve zeytin yağını karıştırıp rahme sürdüğünüz takdirde kristalize balgam yok olacaktır.

UYARI: Balın rahme enjeksiyon limiti, kaşıntı olmadığı sürecedir.

Kadınlar, regl döneminde havuza gitmekten kaçınmalıdır zira rahim, rutubeti vakum gibi kendine çeker. Seramik, çimenlik ya da nemli yerlerde oturduklarında ya da tuvalet sonrası arınıldığında, rutubet toplanır ve sonra belim ağrıyor diye şikayetlenirler, işte bu bel ağrısı yumurtalık kistinin göstergesidir. Tedavisinde, sıcak şeylerin bel bölgesine bağlanması gerekir ve yumurtalığa bardak atılır. Sıcak yağların bel ve karın altına sürülmesi iyidir ve sıcak mizaçlı gıdaları; incir, zeytin, bal, üzerlik tohumu ve bal şerbeti gibi alması gerekir.

UYARI: Eğer banyo yapma ihtiyacı duyarsa, acilen yapıp çıksın.

Rahim fibromu et benzeri olup, sevdadan kaynaklı kristalize balgamdır.

Hastanelerde Depresyon/Bunalım Görülmesinin Nedeni

Hastanede yatılı kalan bir hastada, doğal olarak sıkılganlık/bunalım belirtisi göstermesinin sebebi, hastanede kullanılan soğuk mizaçlı kokulardır. Çünkü soğuk mizaçlı kokular insanı depresyona sürükler.

UYARI: Kokuşmuş kokular, sirke, asit, ekşiler, boya ve uyuşturucu iğneler ve hastanede olan kokuların tümü soğuktur.

Tıbbi Açıdan Kadınların Örtünmesinin Sebebi

Kadının erkeğe göre daha soğuk bedene sahip olması, örtünme sebeplerinden biri sayılabilir. Örtünme sonucu, vücudun soğukluğu giderilir. Kadının başı özellikle çabuk soğuduğundan, örtüye ihtiyaç duyar, bu yüzden ruhsal açıdan korunmasız/hassas yapıdadırlar. Daha çabuk sinirlenir, hüzünlenirler ve depresyona yatkındırlar. Bu hastalıklar soğukluktan kaynaklandığı için, tarihe baktığımızda tüm kadınların örtülü olduğunu görürüz. Kadınlarda örtünmeme, kırk elli yıl öncesine dayanır. Baştaki soğukluğun tedavisi için tuz şapkası* ya da tuz kınası* ve ayak soğuması için de tuz kınası kullanılır.

ÇN: Tuz kınası, kına+tuz+su karışımı oluyor. Tuz şapkası ise, kumaşı külah/şapka şeklinde dikin ve ağ ağ yapın ve içini tuzla doldurun.

Hamam Otu Kullanımı

Ayda bir kere olmak üzere hamam otu kullanılmalıdır. Zira hamam otu, artık balgamı vücuttan dışarı atar ve artık balgam vücutta kalırsa çökelir ve kırk yaşlarına eriştiğinizde bir yerde oturduğunuzda ayağınız uyuşur ve uyurken bir tarafa uzandığınızda, uzandığınız taraf hemen uyuşur, bu durum balgamın çökeldiğinin göstergesidir. Hastalıkların %90 ile 95'inin kaynağı balgamın artışıdır. Eğer bu artık balgam başta olacak olursa, inmeye (beyin krizi) sebebiyet verir ve kalpte olursa kalp krizine yol açar ve tüm vücutta damar tıkanması ve diğer balgam kaynaklı sorunlara neden olur. Dün soğuk mizaçlı gıdalar tüketen biri, bugün kriz geçirirse, bu demek oluyor ki soğuk zemin vücudunda hazırdı ve tekrar eden soğuklukla, önceki soğukluklar bir araya geldi. Eğer söz konusu bu balgamı, hamam otu ile uzaklaştırsaydı böyle bir olay cerayan etmeyecekti. Bir diğer balgam sökücü, eski hamamlarıdır .

Bir başka balgam sökücü de, yaz mevsimidir. Doğal sıcaklığı ve doğal soğukluğu hissetmemek, vücudun zayıf düşmesine neden olur. Yaz mevsiminde, herkes klima soğuğuna kaçtığından böyle bir durumda yazın sıcaklığı hissedilmemektedir, sonuçta vücuttaki artık balgam dışarı atılaz hale gelir.

Evlerin Kıbleye Dönük İnşasının Sebebi

Eğer ev kıbleye dönük inşa edilirse, kışta gerekli olan güneş evin derinliklerine işler ve evdeki artık nemi savar ve evi sıcak eder. Yazda ise güneşe gerek olmayacağından evin derinliklerine işlemez. Kuran-ı Keirm'de de evlerin kıbleye dönük yapılması gerektği vurgulanıyor:

"Ve Mûsâ'ya ve kardeşine, kavminize Mısır'da barınacak evler kurun, evlerinizi kıble yapın ve namaz kılın ve müjdele inananları diye vahyettik." Yunus Suresi, 87inci ayet

Ancak günümüz mimarları bunlara riayet etmediler, dolayısıyla da hastalıkların artışına neden oldular. Tıpta kabul edildiği üzere: “Güneşin girdiği/ışıdığı pencereden hastalık çıkar.” Önceden cerrahi bölümünü özel ışıklarla sterilize ederlerdi. Şimdiyse güneş yardımıyla aynı işi yapıyorlar.

NOT: Vücut arındırıcıları bölümü burada sonlanıyor. Bir sonraki bölüm ‘uygulamalı ilaçlar’ başlığı altında işlenecektir. Uygulamalı ilaçlar yaklaşık otuz sayfa sürüyor. Ondan sonraki bölüm ise, en son bölüm özelliği taşıyan, “hastalıkların tedavisi” bölümü olacaktır. Hastalıkların tedavisinde, hastalıkları ana gruplara kategorize edip ardından ilaç/reçete sunuluyor. Oldukça yararlı bir bölüm denilebilir. Ayrıca, on üçüncü bölüm çevirisiyle 200üncü sayfayı gördük. Evet iki yüz sayfayı geride bıraktık, inşallah son hızla çeviriye devam edeceğiz.

Mizacını Tanı Kitabı (On Dördüncü Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Dördüncü Bölüm)

23 Aralık 2017

Uygulamalı İlaçlar

1. Zeytin

Olgun zeytin sıcağa yakın mutedilken, tam yetişmemiş hali soğuk ve sıcak iken, siyah zeytinse sıcak ve kurudur. Zeytin ağacının ürün vermesi için birkaç sene geçmesi gerekir ama ürün verdiğinde de bin yıl ürün verir. Zeytin, sodyum ve demir deposudur, vücuttaki yağları yakar bu açıdan zayıflamada kullanılır. Zeytin yaprağı şekeri düşürür, zeytin yaprağının usaresi, tansiyonu düşürür, zeytin yaprağını çiğnemek ağız yarası ve aftözünü giderir. Zeytin ağacının sumakı, günlük sakızından daha kuvvetlidir dolayısıyla hafıza ve balgamın savılmasında çok etkilidir (Günlük sakızı, kesinlikle çiğnenmelidir.). Zeytin yağı yedi yıllık olduğunda, özelliği artar; kalp hastalıklarına iyi gelir ve akrep sokmasında başlıca tedaviler arasında yer alır. Zeytin yağı kokulu olmalıdır. Kokulu zeytin, bedendeki kötü yağlar azaltır ve iyi yağları artırır, bu açıdan kan yağının başlıca tedavisi sayılır, ömrü uzatır ve kanser karşıtıdır. Zeytin yaprağı pansumanı; kepek, göz şişkinliği, kaşıntı, alerji ve akneyi giderir. Zeytin yaprağı + arpa unu + su çocuklardaki ishali gidermede oldukça etkilidir (göbek deliğinin altına bağlayın). Zeytin yağı vajinali, kadınlarda görülen akıntı ve enfeksiyonları yok eder.

Kur’an’da Geçen Şaşırtıcı Bir Konu*

Japonya’da bir grup doktor yaptıkları araştırmanın sonunda, incir ve zeytinde büyük ölçüde yaşlılığı önleyici bir madde tespit ettiler. Bu madde sadece, zeytin ve incirde bulunmakta. Gruptan bir doktor

şöyle diyor: “Kur’an-ı Kerim’de bu iki meyveye yemin edildiğini gördüğümde bu kitabın doğruluğunu anladım ve müslümanlığı seçtim. Grupta yer alan yaklaşık on üç on dört doktorun hepsi de müslüman oldular.

*Gazete’den alıntıdır.

UYARI: Et yemeğiyle birlikte meyve yemeyin. Herhangi bir sakıncası olmayan meyve ise zeytin ve nardır.

UYARI: Zeytin yağının düzenleyicisi, sirke, badem ve cevizdir.

2. Sarısabır ya da Aloe Vera

Kuru ve sıcaktır, toz şekli jel şekline göre daha etkilidir. Aloe veranın etkisi dört yıla kadardır ve farklı türleri bulunur, en iyi türü Arap sarısabırdır, tıkanıklıkları giderir, aşırı fasit hıltlar (bozuk salgı) için aloe vera/sarısabır kullanılır ve oldukça kuvvetli bir müshildir. Geç iyileşen yaraları –psoriasis ya da sedef hastalığı gibi- onarır. Ağır kabızlık, mide, midedeki fasit ehlatı savmada, anti-parazit, mide ve bağırsak duvarındaki girintileri arındırmada oldukça etkilidir. Aloe vera jeli (1.5 yemek kaşığı) + sinirli otu yaprağı suyu + sirke + (yarım bardak) çocuklarda görülen sarılıkta çok etkilidir. Rahim yara ve enfeksiyonlarında fayda sağlar (bal + aloe vera jeli karışımı, her ikisinden de bir yemek kaşığı ölçüsünde olursa iyidir –vajinal yolla-) ya da diğer yara ve yanıklarda, AİDS, hepatit, kanser, mantar ve cilt rahatsızlıklarında etkilidir.

Kullanımı Sakıncalı Olan Durumlar: Mide yarası, basur, tansiyon, sıcak mizaçlılar, kanamalı kolit.

UYARI: Bu bitki, iki gün süresince, bir buçuk yemek kaşığı alındığında kanamalı ishale sebep olur.

3. Rezene:

Birinci derecede kuru ve sıcaktır. Kalsiyum, fosfor, demir, potasyum ve C vitamini içerir. Zayıf mideler için faydalıdır. (Erkeklerde kesitsel/dönemsel olmalıdır.) Gaz giderici, adet kanı ve sütü artırır, görme bozukluğu, gözyaşı dökücü (göz için, kaynatılmış rezene yaprağı, hidrolata göre daha faydalıdır). Demlenmiş rezene tohumu + engerek otu + incir, kronik astım ve öksürüklerde oldukça etkilidir. Kadınların vücudunu forma sokar, parazitleri giderir, mesane taşını giderir, göğüs, karaciğer, dalak, böbrek yolları tıkanıklıklarını giderir. Ballı rezene müzmin ateşlerde, kaynatılmış kökü ve bal ilavesi hayvan ısırmasında, tüy problemlerinde, kadın hormonlarını düzenlemede etkilidir. Rezene kremi, kadınlarda cilt sorunları ve lekelerini gidermede etkilidir.

Kullanımı Sakıncalı Durumlar: Hamile kadınlar, sıcak mizaçlılar, regl döneminde.

UYARI: İğde ağacı çiçeği, kadınlarda cinsel performansı artırmada rezeneye göre daha güçlüdür. Bu yüzden, kız çocuklarının iğde ağacı altında oturmamaları gerektiği söylenmektedir.

4. Badem:

Şeker, inorganik madde, protein, demir, fosfor, potasyum, kalsiyum ve A vitamini içerir. Ancak acı badem, sayılanlara ek olarak hidrosiyanik asit (hidrojen siyanür) de içerir eğer düzenli olarak kullanılırsa öldürücüdür.

Tatlı badem, sıcak ve yaştır, arındırıcı, söktürücü, açıcı, yumuşatıcı, erkeklerde sperm ve cinsel performansı artırıcı, kadınlarda cinsel performansı düşürücü olup diş ve diş etini sağlamlaştırır. Sindirimi zordur. Tatlı badem yağı, uykusuzluk sorununa bire birdir. Yaprağı anti-parazittir. Taze yaprağı, müshil ve eski yaprağı ise pekleştiricidir.Tatlı badem yağı+ taze limon suyu her akşam bir damla şeklinde göz kızarıklığına iyi gelir.

Acı badem, sıcak ve kurudur, yoğun ehlatı temizler, dolayısıyla yoğun sevdaviler için, on dört akşam boyunca, akşamları yarım kaşık acı badem yağı önerilir (yarım kaşığı geçmeyecek). Fitili balla birlikte, adet sökücü özellikte olup düşük yapmaya neden olur. Acı badem + sirke eski yaralara, egzema, koyu lekelere ve uyuz hastalığına iyi gelir. Acı badem yağı, kulak ağrısına iyi gelir (on dört akşam). Kulağı yıkamak için acı badem yağını on dört akşam kullandıktan sonra sirke + sıcak su karışımını kulağa dökün ve aşağı doğru tutun ki atık maddeler çıksın. Yaprağı idrar tıkanıklığına iyi gelir. Acı badem yağının damlatılması, görme gücünü artırır ve astigmat, presbiyopi, hipermetrop ve miyobu düşürür (on dört akşam). Acı badem yağı + bal prostat iltihabına iyi gelir. İbn Sina der ki: “Acı badem yağı, iliklere derinlemesine nüfuz eder.”

Badem hariresi*, çocuklar için ana öğün sayılmalıdır.

ÇN: Harire için, ingilizcede (gruel); yulaf lapası, bulamaç açıklaması geçse de en doğrusu puding ya da muhallebi seçeneğidir. Harire tatlısı, kültürümüzde Mardin’e özgü bir tür pekmez tatlısıdır. Ancak badem hariresi fark eder ki hazırlanışı şöyle:

İçerikler; yedi adet badem, yarım bal kaşığı şeker, bir bal kaşığı pirinç unu ve yarım bardak su. Hazırlanışına geçmeden önce, badem hariresi için bademler kabuksuz olmalıdır. Altı aylıktan sonra, “Cerelac” yerine kullanılabilecek uygun bir ek besin seçeneğidir. Çocuğunuzun bademe alerjisi olmadığını önceden bilin.

Hazırlanışı: İlk olarak, bademleri sıcak suda bir iki saat bekletin. Sonra rahatlıkla kabukları soyulabilir hale gelecektir. Sonra bademleri toz haline getirin ve ardından pirinç unu, şeker ilave edin. Sonra karışımı suyla karıştırın ve ocağa alın, kıvamı koyulaşana dek pişirin. Harire bademin kıvamı, anne sütü gibi olmalıdır.

Harire bademde pastörize süt yerine su kullanımının sebebi, bir yaşına kadar bebeklerin inek sütü kullanmasının sakıncalı olmasından kaynaklanır. Ooma.ir sitesinden alıntıdır.

Badem yetişkinlerde tahammülü artırır ve kötü ahlak sorununu çözer, bağıran ve öfkeli kadınlar için iyi bir seçenektir.

Badem şerbeti, ses tutulması ve öksürüğü iyileştirir. (Bademi ıslatın sonra robottan geçirin, bal ilave edin ve için.)

Eğer sıcaklıkla birlikte latif huylu metaller bedende azalırsa ve beyin takviyesi istiyorsanız badem tüketin. (Minimum üç maksimum yirmi bir adet) Ancak uygun rakam on dörttür, yeme tarzı tek tektir, bademin ağız suyu ile emilimi gereklidir (Kavrulmamış, kırılmamış olacak, en iyi vakitse akşamdır.) Sıcaklık için hurma gereklidir. (Minimum üç maksimum yedi adet.)

UYARI: Sıcak gıdaların akşam tüketimi uygundur ve ayrıca emilimi çabuk gerçekleşir.

UYARI: Bademin düzenleyicisi, damla sakızıdır.*

ÇN: Farsçası “mastaki”dir. Karşılığı damla sakızı olarak geçer. Yunanca “mastixa” kelimesinden geçmiştir.

5. Tuz

Resulullah şöyle buyurur:

Sizin için en iyi besin tuzdur.

Yine şöyle buyurur:

Gıda yalnızca tuzla ıslah olur/düzelir.

Tuz hakkında yaklaşık olarak üç milyon makale yazılmıştır, öte yandan İmam Sadık şöyle buyurur:

Yemeğe tuzla başlayıp tuzla bitiren bir kimse kendisinden yetmiş hastalığı uzaklaştırır.

Başka bir hadis de şöyle:

Horasanlı bir adam İmam Rıza'nın huzurundaydı, sirke ve tuz da olan bir yemek getirdiler, İmam yemeğe sirkeyle başladı, Horasanlı adam şöyle dedi: "Canım size feda olsun, siz yemeğe tuzla başlanılmasını buyurmadınız mı?" İmam şöyle buyurdu: "Sirke de tuz gibidir, yani sirke zihni destekler ve aklı çoğaltır. Bihar'ul-Envar, 63. cilt, sayfa 397

En iyi tuzsa, deniz tuzudur.

Tuz sıcaktır ve kafa derisini sıkılaştırır. Vücuttaki emilimi hızlı gerçekleşen tek inorganik bileşiktir. Bir tutam tuz, bedeni ısıtabilir.

Diş tedavilerinde kullanılan uyuşturucular, vücudun soğumasına neden olur ve yüzdeki kılları beyazlaştırır. Böyle bir sorunun halledilmesi için, hemen o esnada üzerine tuz koyarsanız, soğukluğu giderir.

Rivayetlerde, tuz ve sirkenin sofrada bulunması önerilmiştir. Bir sofrada bu iki şey olursa kan yoğunluğu oluşmaz ve diğer hastalıklar da peşi sıra gelişmez ve enfeksiyonu vücuttan uzaklaştıran en iyi gıda sayılmaktadır.

.

Eski savaşları hakkında bir araştırma üzerinde çalışıyordum ve kendi kendime şöyle dedim: "Mızrak ve kılıç yaralarını nasıl iyileştiriyorlardı acaba?" Araştırma sonunda şu sonuca vardım ki askerlerin yaralarını tuzla, komutanların yaralarını da bal ile iyileştiriyorlardı.

Tuz ve Suya Karşı Komplo Teorileri

Bugünkü medyada savunulan kısıtlı tuz tüketimi komplo teorisine karşın rivayetlerde tuzun sofrada olması gerektiği önerisi göze çarpar ve belli bir ölçüde olması gerekir, eğer az olursa vücuttaki tüm enfeksiyonu yok eder, söz konusu medya tuz tüketiminin aza indirgenmesi noktasında bir açıdan haklı gerçi çünkü tuzu işlediler, söz gelimi rafine ettiler ve doğal olmayan iyot eklediler, neuzübillah Allah'ın tuza iyot eklemesi aklından çıkmış da sanki böyle bir yola başvurma ihtiyacı duydular. Dolayısıyla iyotlandırılmış tuzlar tamamen zarardır, aksine bol su için diye tavsiye ederler (günde sekiz bardak) oysa ki rivayetler aksini söylemekte. Rutubetli bir bölgeyi zihninizde canlandırın, bir de kuru bir bölgeyi. Mikrop ve enfeksiyon hangi bölgede çoğunluktadır? Gayet açıktır ki rutubetli olan bölgede. Yani aşırı su içersek, vücudumuzun mikroplara yakalanmasını elverişli hale getiririz. Öte yandan, tuzu da kısıtlı tükettiğimiz için enfeksiyon çok çabuk tüm bedenimizi kuşatır.

6. Bal

Resulullah şöyle buyurur:

Bal ve Kur'an-ı Kerim iki şifadır.

Balın eğer yüzde onu gerçek bal olursa yeterlidir. Bal insanı çabucak ısıtır, eğer bal olmazsa üzüm pekmezi, eğer o da olmazsa tuz. Bir diğer sıcaklık vericiler, portakal çiçeği ve safrandır. (Soğukluktan kaynaklanan baş ağrısına yakalanan bir kimsenin ilacı safrandır, eğer sıcaklıktan kaynaklanırsa limon suyu şerbetidir.) (Baktınız ki kocanızın yüzü kızarmış, benzi sarı ve dudakları da kuruysa, yani safrası yükselmiştir ve çabuk sinirlenir, vakit kaybetmeden limon şerbeti getirin.)

UYARI: Çay yerine demlenebilen çeşitli bitkileri kullanın, sabah akşam çay içmeyin.

Soğuk yaş evresine girenler bal tüketiminde ısrarcı olmalıdırlar, yaşlı bireyler gibi.

UYARI: Yaşlılık, tüm vücudu kapsayan soğukluk demek oluyor bu yüzden her türlü sıcak ilaç yaşlılığın tedavisi sayılır ve bu sıcaklıkların kökü dusindir. Eğer bedende sıcaklık artarsa insan genç görünür.

Süt veren bir anne bal yemelidir. Geğirtisi, karın ağrısı ve gazı, kusması, yemeğin emiliminde problemi olan, uyku sorunu ve aşırı uyuması olan bir çocuğun midesi soğumuş demektir. Bu yüzden anne bal yemelidir, böylece süt yoluyla çocuğa geçer.

Kan şekeri düşüklüğü (soğuk diyabet) olanlar, bal yiyebilirler ama sıcak diyabeti olanlar bal yiyemezler ancak sirkencübin yiyebilirler, buna rağmen kan şekeri yükseliyorsa, sirkenin ölçüsü artırılır.

Eğer yarada kanama görülürse: Bal + nar kabuğu tozu kullanılır ve eğer nar kabuğu tozu olmazsa tuz kullanılır ve hasta bu pansumanla banyodan kaçınmalıdır. Mide ve bağırsak yarası/ülseri için de bal verilir ama standart tedavisi şudur: (Bir bal kaşığı sinirli ot + bir bardak nane hidrolatı) on dakika kaynatılıp ılındıktan sonra bir yemek kaşığı bal ilave edilir ve akşam vakti istifade edilir ve sindirim yolunda yarası olanlar ve ayrıca kabızlığı da olanlar için nane yerine gülsuyu verilir.

Diyabet yarası bal ile iyileşir. Öncelikle yara yerini arındırırız, yara yerine bal dökeriz ve yıkama aşamasında ballı su kullanırız ve son aşamada derinin nemlenmesi için de zeytin yağı kullanırız. İç yanıklarında ise yiyecek bal kullanılır ve derin yanıklarda ise antibiyotik olan dusin pansumanı kullanılır (on iki saatte bir) ve ortamdaki havayı sterilize etmek için üzerlik tütsüsü ya da gülsuyu (her sekiz saatte bir) kullanılır.

Klasik/modern tıp yara tedavisinde yetersizdir, hepsinden de kötüsü ise yara yerini kapatmaları.

Herkes bal yemelidir. Ama sıcak mizaçlı olanlar yanında soğuk şeyler de tüketmelidir.

7. İncir

İncir tüm vitaminleri içerisinde barındıran tek meyvedir. Yani hem ilaçtır hem de meyvedir, yaş olanı sıcak ve yaştır, kuru olanıysa sıcak ve kurudur. Cinsel gücü ve spermi artırır, Gut ve hemoroidi giderir, kemikleri sağlamlaştırır, orta dereceli kilo aldırıcı ve yumuşatıcıdır. İncir sütü, ziğil ve nasır için faydalıdır. Yaprağının kaynatılmış hali, hemoroidin ilacı ve kanser karşıtıdır.Yedi ile on adet zeytin yağında ıslatılmış incir, kronik kabızlığı tedavi eder (akşam ıslatılıp sabah alınacak şekilde). Usaresi, anti-parazittir.

Herkes günde bir adet incir ve yedi adet zeytin yemelidir.

8. Üzerlik

Üzerlik, yetmiş hastalığı iyileştirir. Sıcak ve kurudur, bu açıdan zayıflamaya yardımcı olur. Kırk gün boyunca kullanımı, gönüldeki hikmetin aydınlanmasını sağlar. Latif sıcaktır. Minimum üç tane maksimum bir yemek kaşığı kadar kullanılmalıdır. Kullanım esnasında akşamları bir bardak su ile yutulurak alınmalıdır. (Üzerlik tohumunun asla çiğnenmemesi gerekir.)

Tütsü ve alınım/tenavül şekli, beyni sıcak eder ve beyni canlandırır, havadaki mikropları öldürür (sabah vakti). Tenavülü, sevda ve balgam sökücüdür. Herkes, üzerlik tohumunu kırk günlük bir evrede günde bir bal kaşığı kadar tenavül etsinler. Üzerlik tohumu, sevda ve balgam sökücü nitelikte olduğundan, kişiye cesaret kazandırır ve takriben herkeste fazla balgam bulunur, eğer tenavülüne yanaşmıyorsanız, en azından bir günde ya da iki günde bir kez tütsüsünü kullanın ki hem ortamı ve hem de beyni sterilize eder, evinde hasta olanlar sabah ve akşam tütsü şeklinde kullansınlar.

Siyatik için uygun, parazit öldürücü, göğüs ve akciğerdeki artık nemi savar, sara ve felce iyi gelir, kuvvetli bir antibiyotiktir ve üç yıla kadar bozulmaz.

UYARI: Başvuran hastaların yüzde doksan yedisi soğuk tip hastalıklarla gelmektedir.

Korkak insanların balgamı yüksektir bu yüzden safralarını yükseltmeleri gerekir, üzerlik tohumu da balgam sökücüdür; bir bal kaşığı üzerlik tohumunu bir bardak su ile kırk gün boyunca yutsunlar.

Dört hılt için uygun olan karışım şöyle: Bir bardak sirkencübin + bir yemek kaşığı üzerlik tohumu

Üzerlik tütsüsü, beyin tarafından hemen emilir ve beyni sıcak eder.

İbn Sina şöyle der: "Üzerlik, tüm tıkanıklık probleminin ilacıdır."

UYARI: Üzerliğin düzenleyicisi, sirkencübindir.

UYARI: Hamile ve süt veren kadınlar ve tansiyonu olanlar üzerlik kullanmaktan kaçınsınlar.

NOT: On beş gıdayı ele almış kitap, bir sonraki bölümde; nar, çörek otu, su, kına, nane, yağlar ve üzüm işlenecek inşallah. Bu bölüm çevirisi burada sonlanmıştır, sağlıcakla kalın.

Serap Ağrı Aksu 21-06-2018

Çiğnendiği zaman vücuda verdiği yan tesirler vardır. Zehirleme veya diş etinin çekilmesi gibi de olabilir. Alternatif tıp doktorları tabii yutulması taraftarılar.

Ebrar 21-06-2018

Serap Hanım. Teşekkür ederim.. Internette çiğnenince daha tesirli olur diye yazılar okumuştum. Çiğnediğimde ise 3.gün diş eti çekilmesi gibi ağrıdı dişlerim. Bununla alakalı olabilir mi diye de sormuştum. Olabilir mi acaba..

Serap Ağrı Aksu 20-06-2018

Ebrar Hanım...

Hadiste yutun, diyor. Ayrıca tadı acı olduğundan hastaların kolay tüketmesi ve yan etkisi olur diye. Diğer yandan çiğnenince zehir etkisi de var.

Üzerliğin Hazırlanışı:

6 kez sıcak suyla yıkayıp süzün, 1 kez de soğuk suyla yıkayıp süzün, daha sonra temiz bir bezin üzerinde kurutup kavanoza doldurun.

Ebrar 20-06-2018

Uzerlik tohumu neden çiğnenmemelidir?

Mizacını Tanı Kitabı (On Beşinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Beşinci Bölüm)

31 Aralık 2017

9. Nar

Bir hadiste şöyle geçer:

Narı zarıyla yiyin (nar tanelerinin yer aldığı kalın ve sarı kabuk), çünkü sarı kabuk, mideyi arındırır.* Midede yer alan narın her tanesi, kalbi canlandırır ve ruhu aydınlatır ve şeytanın vesvesesini kırk güne kadar etkisiz hale getirir.

*Hadiste orijinal olarak arınma kelimesi yerine “debbağ” kelimesi geçer. O da muhtemelen midenin iç yüzeyini, deriyi arındırır gibi arındırdığı içindir.

Hz. Muhammed’den (s.a.a) şöyle nakledilmiştir:

“Tatlı narın mideye ulaşan her tanesi hastalık ve derdi yok eder.”

Hazreti Ali (a.s) şöyle buyurur:

“Çocuklarınıza nar yedirin ki nar çocuklarda erken konuşmayı sağlar.”

Resulullah (s.a.a) şöyle buyurur:

“Her narda cennetten bir tane bulunur. Ben bir taneyi bile atlamamayı seviyorum.”

İmam Sadık (a.s) şöyle buyurur:

“Nar yiyen kimsenin canı sabaha kadar güvendedir.”

Resulullah (s.a.a) şöyle buyurur:

“Nar yiyen kimse kalbini aydınlatır ve vesveseyi kırk güne kadar kalbinden uzaklaştırır.”

İmam Rıza (a.s) şöyle buyurur:

“Narı eğer aç iken yersen, sana yeterli olur, eğer tok karnına yersen yemeği sindirir.”

İmam Sadık (a.s):

“Mümin/inanan kimse her Cuma akşamı (perşembeyi cumaya bağlayan akşam) nar yer.”

İmam Rıza (a.s):

“Nar, erkeğin nütfesini çoğaltır ve doğacak evladı güzelleştirir.”

İmam Ali (a.s):

“Narı zarıyla birlikte yiyin, zira diş sararmasını ve kötü ağız kokusunu giderir ve insanı arındırır.”

ÇN: Nar bölümünde yalnızca rivayetlerle yetinilmiş, ayrıca bir açıklama yapılmamış.

10. Çörek otu

Sabah aç karnına çörek otu yiyen biri hiçbir hastalığa yakalanmaz. Aziz Peygamber’den (s.a.a) şöyle naklolunmuştur:

“Çörek otu, ölüm dışında tüm hastalıkların ilacıdır.”*

ÇN: Elbette bazı yorumlayanlara göre, çörek otu tüm hastalıkların ilacı olmasından öte, çörek otunun ne denli önemli olduğunu vurgulamak için böyle bir ifade kullanılmış olabilir. Allah-u alem, demiyorum, araştırıp üzerine deneyler yapılabilir, her şeyi gayba havale etmek biz Müslümanların kolayına geliyor yoksa elbette ki Allah her şeyi en iyi bilendir.

Çörek otu öğütüldükten altı saat sonra, zehire dönüşür, bunu önlemek için de vakit kaybetmeden balla karıştırırlar ve bu bal+çörek otu karışımı tüm mizaçlarla uyumludur

yani ne sıcak ne soğuk ne yaş ne de kurudur ve bu karışım literatürde ‘dusin’ olarak geçer.

Yani (bir ölçek* tam öğütülmemiş çörek otu + üç ölçek bal) ve her öğünde bir bal kaşığı kadar yenilir, bu ilaç birçok hastalığı tedavi eder, bu karışım hakkında İmam Rıza şöyle buyurur:

*Genel olarak ölçekten kasıt, herhangi bir kap. Eğer kaşığı seçerseniz, ilacın hacmi az eğer bardağı seçerseniz ilaç hacminiz çok olur, seçim size kalmış.

“Çörek otu, ölüm dışında tüm dertlerin ilacıdır, size bal ve çörek otunu öneriyorum.”

Yüzünde çil olanlar, bir bal kaşığı çörek otunu hayvansal yağda iki üç dakika kavursun ve kırk gün sabah aç karnına yesin, yüzü şeffaflaştırır.

Çörek otu, sofralarda yerini almalıdır (minimum üç, maksimum yirmi bir tane), eğer yavaş yavaş çiğnenirse emilim gücü artar ve enfeksiyonları giderir ve bağışıklık sistemini güçlendirir. Çörek otunda yaklaşık elli dört bileşen tanımlanmıştır. Dövülmüş halinin üç güne kadar ve dövülmemiş halinin yedi yıla kadar kalıcılığı vardır.

Aspirine en iyi alternatif çörek otudur. Aşırı aspirin, mide yarasına yol açar ve bazen seyreltici iken bazı zaman da genişleticidir ancak çörek otu hem seyreltici hem de genişleticidir ve hem de güç verir ancak tamamen çiğneme şartıyla.

Eğer yarım bal kaşığı çörek otunu bir bardak sirkenin içerisinde bir süre ısıtırsanız ve yemekten sonra içerseniz, parazitleri dışarı atar.

Böbrek taşının asıl tedavisi çörek otudur.

Dusin pansumanı, kırıklıktaki alçının yaptığını yapar.

Tendon iyileşmesi için, çörek otu yağı+bal karışımı (lokal) kullanılır.

11. Su

Günümüzde spiritüel/manevi hareketlerin su molekülleri üzerinde etki gösterdiği kanıtlanmıştır. Ayet’el-Kürsi okunmuş nisan suyu, tüm dertlerin şifasıdır. Suyun hijyenik olup olmadığına dair bir şüpheye düştüğünüzde, bir şişe suya bir yemek kaşığı sirke ekleyip içebilirsiniz, beş dakika sonra tüm çözünür madde suyun dibine çökelir, bu su sterilize sudur ve içilebilir haldedir, sirke artık çözünür maddeyi sindirim sisteminde temizler. Kaynamış su içmeye çalışın zira hiçbir şey kaynamış su kadar faydalı değildir. Asla buzlu su içmeyin ve yemek esnasında da su içmeyin ama ancak su dışarıdan yemeğe eklenirse problem değil. Bu yüzden en iyi yemek abghooshttur (bir tür nohutlu etli sulu yemek). Zira et yemek içerisinde yavaş yavaş pişer ve kemikteki kalsiyum gibi mineraller de suda erir. Abguşttan sonra çorbalar ve aşlar gelir.*

ÇN: İran’da aş kültürü oldukça yaygın bir haldedir. Çorba içinse açıkçası pek yaygın olduğu söylenemez. Aş çorbaya göre daha katı ve akışkan olmayan bir yapıya sahiptir. İran’da yaygın olan aş isimlerine örnek olarak şunlar verilebilir: Erişte aşı, helim aşı, arpa aşı gibi. Bizde yaygın olan tavuklu şehriye çorbamız, kremalı mantar, mercimek gibi çorbalarımızı İran sofrasında göremezsiniz.

Günde bir yemek kaşığı okyanus suyu, bedenin ihtiyaç duyduğu tüm mineralleri ihtiva eder.

Urmiye gölü, bir tuz gölü olduğundan, soğuk hastalıkları tedavi eder, sıcak menşeili hastalıkları değil.

Kükürtlü sular, soğuk hastalıklara iyi gelirken sıcak hastalıklar için zararlıdır.

Aşırı su, kan ve balgam mizaçlılar için zararlıyken, safra mizaçlılar için iyidir.

Midesi balgama dönen ve soğuyan birinin bol su içmesi kendisine zarardır ve öte yandan da karaciğer sıcaklığı varsa, suyu; limon suyu, sirke ya da turunç suyuyla karıştırıp içsin. Böyle olursa, hem karaciğer serinler hem de mide zarar görmez ki dolayısıyla karın ağrısı görülmez. Bir ince nokta şu ki kişi susamıştır ama su içtiğinde rahatsız olur ya da soğuk şeyleri seviyor ama soğuk mizaçlı şeyler yediğinde rahatsız oluyor, bu sevginin aslı karaciğer susuzluğudur ama midesi soğuktur.

Su kabızlık sorununa iyi gelir ama aşırı kullanımı mideyi soğutur ve kabızlık için en iyi su içim şekli; balla karıştırılmış su ya da tuzlu sudur. Limon suyu ya da sirke ilaveli su içmek, safravi egzemayı tedavi eder. İhtiyaç limitini, ağız acılığı belirler yani sıcaklık ve safra demek o kadar çokmuş ki sindirim sistemine katılmıştır ve bu durumda ateşin bastırılması için içim oranı artırılır (günde üç öğün). Eğer ağızda acılık ve susuzluk olmazsa ancak kuruluk olursa, bu durumda bir öğün yeterlidir. Ciltteki kaşıntı ve kuruluğun tedavisi de aynen budur (bir öğün).

Su ihtiyacımızın iki nedeni vardır:

1. Yemeğin en iyi şekilde sindirimi

2. Kanın en iyi şekilde dolaşımı

Su, ehlatla birlikte karaciğere girer ve su karaciğerde ayrılır ve boşaltılması için böbreklere gider. Böbreklerdeki bu su bir miktar kan içerir, kan böbrekler tarafından emilir ve geri kalansa boşaltılır.

Kandan ayrılan sudaki her bir ehlat ardı sıra bir iz bırakır yani eğer safra hıltınız varsa idrar sarıya döner ve idrar yoluyla hıltın çeşidi anlaşılır. Eğer idrar kanlı olursa yani protein atılır.

Deniz suyu tuzlu olduğundan sıcak mizaçlıdır ve soğuk hastalıklara oldukça yarar sağlar.

En iyi su, yukarıdan akan çeşme suyudur.

12. Kına

Kınanın tabiatı sıcaktır ve bedenin derinliklerine işleyen rutubeti alır, bu açıdan uç/distal organlara -el ve ayak gibi- kına yakarlar, zira İranlılar daha çok safravi-balgami mizaca sahiptirler yani baş bölgesi sıcak ayaklar soğuktur. Vücutta dengenin sağlanması için uç organlardaki rutubeti almalılar ve bu iş için de kınayı ayaklara yakarlar ve bu yüzden "Kına ayak ağrısını önler." denilir zira genellikle ayak ağrıları soğukluktan kaynaklanır.

Kına, kötü ter kokusunu giderir, yüzün canlılığını artırır, ağzı hoş kokulu eder, evladı güzelleştirir, cinsel performansı artırır.

13. Nane

Kır nanesinin bir diğer adı yarpuzdur, her ikisi de oldukça önemlidir. İbn Sina şöyle der: "Yılanlardaki en kuvvetli zehir, boynuzlu yılanın zehridir, eğer sokarsa ilacı yarpuz ve nanedir." Soğuk bir gıdayı -yoğurt gibi- sıcak etmek istiyorsanız nane kullanın. Mesela bir gıdayı yediniz ve sonrasında karın ağrısına tutuldunuz, ağrınızı ballı nane iyileştirir. Ya da işten döndünüz ve yorgunsunuz ya da dikkatinizi toparlayamıyorsunuz, nane esansını alnınıza sürün (üç damla). Bir toplulukta iken herhangi biri soğuk algınlığına yakalanmışsa ve siz de güvencede olmayı istiyorsanız, bir miktar nane esansını alnınıza sürün veya kaynamış nane için, böylece soğuk algınlığına yakalanmazsınız. Kullanım alanı, soğuk tip sindirim rahatsızlıklarına girer, hızlı sürede etki göstermesini istiyorsak, bir kaşık bal ile bir bardak nane hidrolatı veririz. Regl olmak istemeyenler, günde bir bardak nane ile, ya zamanı kısıtlanır ya da kesilir. (Kullanımı on dört ile kırk gün arasında değişir.)

UYARI: Uyumak istemeyip ders çalışmayı ya da araba kullanmayı isteyenler, nane esansını alnına sürerlerse, uykuları kaçar aksine uyumak isterlerse gülsuyuyla birlikte marul yesinler.

UYARI: Nane esansının, nüfuz edici özelliği daha çok olduğundan yağlar bu esansla birlikte sürülürse, emilim oranı yüksek olur.

14. Yağ

Tedavide kilit nokta, yağın düzeltilmesidir. Yağı az tüketin ve bitkisel yağlardan zeytin ve susam yağı kullanın. Susam yağı, kuyruk yağı kullanmakla, kandaki yağ oranı düşer. Kuyruk yağı bedeni sıcak ve yaş olarak sabit tutar, yaşlılık evresindeyse de cilt canlı olur. Susam yağı da iyidir ama sonradan kuruluğa yol açar.

Sıvı yağı elinize sürecek olursanız, oracıkta kalır ve emilmez ama kuyruk yağı çabucak deri tarafından emilir ve vücutta da böyledir.

Deve hörgücü yağı, gıda değildir ve periyodiktir. İlaçtır, yiyecek değil.

Hayvansal yağlar da yaşlı kimseler için, ağır olduğundan, süreli olmalıdır, daimi değil.

Hayvsansal yağ yediğinde, ağır aktiviten de olması gerekir ve hacamat da yaptırmalısın yoksa ölüm sebebidir.

Kuyruk yağını iptal etmek, çok büyük bir hatadır. Kuyruk yağı kullanımı, cildi güzel saklar. Eğer kokusuna hassassanız, aşağıdaki yöntemdeki gibi hazırlarsanız kokusu giderilmiş olur.

Kokusuz Kuyruk Yağı Yapımı

İlk yöntem:

Malzemeler: Dört kilo kuyruk yağı, bir bardak sirke, on dört tane kaküle.

Hazırlanışı: Yağı küçük küçük doğrayın, yukarıdaki karışımlarla birlikte orta dereceli ateşte eriyene kadar ısıtın, altın rengini aldığında, ılınınca süzün. Şeffaf ve kokusuz bir yağ elde etmiş olursunuz. Her şeyde kullanabilirsiniz.

İkinci yöntem:

Malzemeler: Beş kilo kuyruk yağı (çekilmiş ya da küçük doğranmış), bir büyük adet soğan (dörde bölünmüş), yedi diş sarımsak (küçük doğranmış), 1/3 çay bardağı doğal limon suyu, ½ çay bardağı doğal sirke, bir çay bardağı gülsuyu (gül hidrolatı), bir adet kırmızı elma, iki buçuk çay bardağı yoğurt.

Hazırlanışı: Kuyruk yağı orta ateşte erimeye başlayınca, malzemeleri ekleyin, altın rengini aldığında ateşten alın ve ılındığında süzün.

Bu yağ, yüzü şeffaflaştırır ve yüzün kenarındaki koyulukları arındırır. Kuyruk yağı, yüzdeki makyajı temizler. Sıvı yağ kullanılan restoranlarda, mutfakların duvarlarında bir katman oluşur ki kazıma raspasıyla kazısan dahi çıkmaz ancak kuyruk yağından tabaka bağlayan duvarlar, bir mendille şipşak temizlenebilir. Aynı olay, damar duvarında da geçerlidir.

Susam yağı, alışveriş sepetimize eklenmelidir. Eğer günde bir çay kaşığı tüketenler güçlü kuvvetli olur. Susamın kullanım yöntemlerinden biri de, tahin pekmezdir (bir öğün, bedenin enerjisini sağlar.)

Hayvansal Yağın Kullanımını Doğrulayan Kur’an Ayetleri*

*Adı geçen konu, kitabı derleyen tarafından hazırlanmıştır.

Kur’an’da geçen üç ayeti bir araya getirdiğimizde, -klasik tıp tabiplerinin görüşlerinin aksine- hayvansal yağ/içyağı zarar olmamasının yanında yararlı olduğunu doğrular niteliktedir.

Birinci ayet:

“Yahudilerin yaptıkları zulümlerden ve birçok kişiyi Allah'ın yolundan men etmeleri (alıkoymaları) sebebiyle, kendileri için helâl kılınmış olan temiz ve güzel şeyleri onlara haram kıldık.” Nisa / 160

İkinci ayet:

“Yahudilere tırnaklı hayvanların hepsini haram kıldık. Sığır ve koyunların ise, sırtlarında veya bağırsaklarında bulunanlar, ya da kemiklerine karışanlar dışındaki içyağlarını (yine) onlara haram kıldık. İşte böyle, azgınlıkları sebebiyle onları cezalandırdık. Biz elbette doğru söyleyenleriz.” Enam / 146

Üçüncü ayet:

“Ey peygamberler! Temiz şeylerden yiyiniz ve iyi ameller işleyiniz. Doğrusu ben, sizin yaptığınız şeyleri tamamen bilirim.” Müminun / 51

İstidlal/çıkarım şekli:

Birinci ayette geçtiği üzere “Biz güzel ve temiz şeyleri (tayyibat) onlara haram kıldık).” İkinci ayetse birinci ayette geçen onlara haram kılınan “tayyibat”ın ne olduğuna açıklama getiriyor. Yani ayet şöyle buyurur: “harramnâ aleyhim şuhûmehumâ” yani ineğin ve koyunun içyağını onlara haram kıldık.

Şuhum, “şahm” sözcüğünün çoğul halidir. Şahm nedir?

Kenzul Dekaik tefsir kitabında “şahm” sözcüğünü şöyle açıklamışlardır:

Şahm; bağırsak, işkembe ve böbrek etrafındaki ince yağ tabakası.

Elimizde, şahmın kuyruk yağı değil de içyağı olduğuna dair iki ipucu var:

1. Peygamber’den (s.a.a) şöyle rivayet edilir:

Kim bir lokma içyağı yerse, yediği lokma kadar hastalık vücudundan dışarı atılır. Sonra, söz konusu yağın, ineğin içyağı olduğunu buyurdular.

2. O halde tayyibattan kasıt içyağı/şahmdır. Dolayısıyla vücuda herhangi bir zararı olamaz. Peki, tayyibat ne işe yarar?

“Ey peygamberler! Temiz şeylerden yiyiniz ve iyi ameller işleyiniz...” Tayyibatla insan rahatlıkla salih amel (güzel davranış) sergiler. Güzel davranışta gerekli olan faktörse, sağlıklı beden ve ruh ikilisidir. Bu açıdan, içyağı, hem bedeni ve hem de ruhu destekleyici yöndedir. Zira tayyip/güzel bir gıdadır. O halde bu yağ, Kur’an-ı Kerim’in de doğruladığı bir yağdır ve biri çıkar da “bu yağ zararlıdır” derse, büyük bir yanılgıya düşmüş demektir. Bu ayette ayrıca dikkat çekici hususlar da yer alır, anılmasında bir sakınca görmüyorum:

1. Bu yağı tüm Peygamberler kullanmıştır: “Er-rusul/Peygamberler”

2. Herhangi bir zararı yok zira: “Minet tayyibat/ tayyip olanlardan” sayılır.

3. Yediğiniz şeydeki iki gerçeği göz ardı etmeyin: Birincisi, helal olması. İkincisi ise, tayyip ve temiz olması; kulu minet tayyibat / temiz olanlardan yiyiniz.

4. Tayyibatın yiyilmesi selamete sebep olur: “Ve amelu / iş yapınız”

5. Söz konusu selamet, amaca yönelik ve salih amel yolunda harcanmalıdır, şeytani amaçlar çizgisinde değil.

6. Karnın iffetle/saflıkla amelinse takva/çekinme ile oluşu birbirine yakındır: Kulu minet tayyibat ve amelu saliha.

7. Güzel davranış sergileme, temiz ve helal gıdalarla beslenmeyle sağlanır: Et-tayyibat – saliha

8. Doğru beslenme ve güzel davranış, tüm ilahi dinlerin önemsediği bir konudur: Ya eyyuherrasulü – et-tayyibat – saliha

Rivayetlere Göre İçyağının Faydaları

Ebi Abdullah (a.s) şöyle buyurur:

“İnek sütü ilaç, yağı şifa ve etiyse hastalıktır.”

Muhammed b. İshak şöyle der:

İmam Sadık’ın (a.s) huzurundaydım, takipçilerinden biri gelip şöyle dedi: “Ey Resulullah’ın oğlu! Kızımın bedeni eridi bitti ve hastalığı uzadı ve karnı zayıfladı.” İmam Sadık (a.s) şöyle buyurur: “Niçin bereketli içyağı ve pirinci istifade etmezsin? Allah içyağını İsrailoğullarına bereketinin azametinden ötürü haram kıldı, onu yediği takdirde Allah kızının bedenini düzeltecektir.”

Bitkisel Yağların Zararı

Bitkilerin balı*, üzüm pekmezi ve kitredir. Yağların balı ise, hayvansal yağlardır ki bu yağlar "ilaç" olarak nitelenir ve vücuda alındığı miktarca vücuttan aynı ölçüde hastalığı dışarı atar. Sarı yağ, kuyruk yağı ve içyağı gibi çeşitli hayvansal yağlar vücutta çökelmez ve emilim gücü oldukça yüksektir. Çökelmeden ötürü kolestrol oluşur. Tüm hayvansal yağlar, iliği onarır ve kasları güçlendirir. Buna göre kemik erimesinin artışının nedeni, bitkisel yağ tüketimidir. Bu açıdan, kemik kırığı ve çatlağı olanlar, her şeyden önce bitkisel yağı iptal etmeliler ve hayvansal yağ yemeliler. Bu yağın sindirimi, uzun süre bitkisel yağ kullanılma etkisiyle zor olduğu için, hayvansal yağı sirke ve bal ile yesinler ki beden emilim sağlasın ya da hayvansal yağ kullanmadan önce, zeytin yağıyla başlasınlar ki hem sindirim sistemini yıkayıcı rolü vardır ve ayrıca tüm organlarda cezbolunan sevdayı arındırır ve hayvansal yağın emilimi için uygun ortam sağlar, bu tertibe göre aşağıdaki karışımla hayvansal yağın emilim ortamı için şartlar sağlanmış olur:

Dört ölçek zeytin yağı + iki ölçek bal + bir ölçek sirke

Eğer yukarıdaki karışımı 'gıda' olarak tüketirseniz, envai çeşit salatalar için en iyi gıda sayılır. (Sıcak mizaçlı olanlar marula, soğuk mizaçlı olanlar kerevize ilave etsinler.) Bu karışım, kemik erimesi olanlar ve tüm eklem, kemik ve kas hastalıkları olanlar için faydalıdır.

UYARI: Hayvansal yağlar sıcaktır.

*Burada baldan kasıt cümledeki anlamı itibariyle matlup yani beğenilen demek oluyor kısaca bitkiler ve yağlar arasında öne çıkan gıda olarak tanımlanabilir.

Yeni Doğum Yapan veya Adet Döneminde Olan Kadınların Beslenmesi

Yeni doğum yapan bir kadının gıdası aşağıdaki karışımdır:

Tam buğday unu + hayvansal yağ

Hasta bu gıdayla cana gelir, bu gıda kırk gün süreyle yeni doğum yapanlar için ve adet döneminde olanlar için çok güçlü bir karışımdır. Bu karışım tüm soğuk tip hastalıkların ve kemik erimesinin ilacıdır. Eğer doğum yapan kadın, bu karışımı kırk gün süreyle yerse, bir sonraki merhalede ikiz erkek doğurma ihtimali yüksektir.

İçyağının kendisi cezbolucu olduğundan cilt güzelliğinin en iyi ilacıdır. İçyağı ve kuyruk yağını, cildinize sürebilirsiniz.

Önemli Yağların Hazırlanışı

1. Zencefil yağı: Bir bardak zencefil + bir bardak zeytin yağı + 4 bardak su

Suyu buharlaşana kadar kaynatın.

2. Üzerlik yağı:Bir bardak üzerlik + bir bardak zeytin yağı + 4 bardak su

Suyu buharlaşana kadar kaynatın.

3. Çörek otu yağı:Bir bardak çörek otu + bir bardak zeytin yağı + 4 bardak su

Suyu buharlaşana kadar kaynatın.

4. Menekşe yağı:Bir miktar kuru menekşeyi, suya boşaltın, mesela bir bardak su ve su miktarınca menekşeyi dökün ve bir bardak da zeytin yağı ekleyin ve suyun hepsi buharlaşana kadar kaynatın ve sonra süzün.

5. Yarpuz yağı:Hazırlanışı menekşe yağıyla aynıdır.

15. Üzüm

İran'da kaliteli ve çeşitli üzümler yer alır. İran'da dört tür üzüm bulunur.

Üzüm sıcak ve yaş olup kişmiş sıcak ve kurudur; kişmiş yediğinizde yanında su da için.

Neden yirmi yıl önce dondurulmuş inek etini yiyelim? Öte yandan kişmişimizi ucuz fiyata ihraç edelim. Günde yedi yada kırk adet kişmiş yemeliyiz ki böylece hastalıklar kökten hallolur. Hatta yaşlı kadın ve erkekler, günde bir miktar kişmiş yemekle gençleşirler.

UYARI: Hazır ve dondurulmuş gıdalar, sevda üretir; sevda geç bedene ulaşır ve geç de bedenden çıkar. Sevdanın sonu ise kanserdir.

Tüm diyabet hastaları, üzüm ve kişmiş yiyebilirler.

Güneş üzümü renk bakımından daha koyu iken, kükürt üzümü ise daha açık renklidir. Ayrıca siyah üzüm, depresyonun ilacıdır da, gerçi siyah olmayan üzümün de tedavi edici yönü vardır ancak siyah üzüm daha kuvvetlidir.

Üzüm pekmezi, bitkisel baldır ve eskilerin asıl içeceğini üzüm oluşturuyordu. Aynı pekmezi, nane ve rezene ile karıştırabiliriz.

En iyi diyet, üzüm diyetidir. Bu diyet için tamamlayıcı gıda ise bademdir ki günde yirmi bir adet, tek tek çiğnenerek yenilir. Üzüm diyeti, hamilelikte tavsiye edilmez.

En çok enerjili gıdalar tahin pekmezdir, ya üzüm pekmeziyle ya da balla. Ama bal en iyisi. Tahin, ilaç bir gıdadır. Yaz sıcak olduğundan, tahinin narla yenmesi uygundur.

Anne sütünün en iyi alternatifi üzüm suyudur veya üzüm pekmezidir ki kaynar suyla karıştırılmalıdır ve bu bilimsel bir rapordur. Gerçekten bebek mamasına gerek yok. Üç yemek kaşığı üzüm pekmezini, bir bardak ılınmış kaynar suda çözün ve çocuğunuza verin. Bebek mamasının yan etkisi telafi edilemez derecede çoktur.

Sirkencübin

Sirkencübin, hastalıkların % 70 – 80i için faydalıdır.

Sirkencübin, esneklik payı olan bir ilaçtır, hatta hastalık türünü yanlış teşhis etseniz ve bu ilacı verseniz sorun değil. Bu ilacın içeriğini değiştirebilirsiniz. Eğer hastanın sıcaklığı artarsa sirkesini artırırsınız ve eğer soğukluğu artarsa bal oranını artırırsınız.

Sirkencübinin Hazırlanışı

Sirkencübin hem kanseri tedavi edebilir hem de ufak kaşıntıları.

2 ölçek nane + 1 ölçek sirkeyi on dakika kaynatın ve ılındıktan sonra iki ölçek bal ilave edin. Bu karışıma genel sirkencübin de deniliyor ve içerken bardağın 1/3ünü sirkencübin geri kalanıysa su ile karıştırıp için.

Sirkencübinin Yararları

Kolestrolü düşürür, diyabeti, karaciğer yağlanmasını, tansiyonu, yüz ve cilt sorunlarını tedavi eder.

Biz sirkencübini bilindik bir içecek olarak camiada yaygınlaştırmalıyız. Ondan daha aşağısı pekmez sirkesidir. Pekmez sirkesinin ölçüsü, sıcak mizaçlı gençler için yarı yarıyadır ama yaşlı kimseler için iki ölçek pekmez ve bir ölçek sirkedir.

ÖNEMLİ BİR ANI: İran'dan ilk kez beş kişilik bir grup hacamatta uzmanlaşmak için Fransa'ya gittiler (Doktor Kevseri Bey, Nazımül Eteba, Nurül Hükema, Lokmanül Devle, Edhem). Bu kişiler şöyle anlatır: Profesör bizim uzmanlık belgemizi imzalamıyordu. Yanına gittik ve sebebini sorduk, dedi ki: "İran'da sirke ve hacamat hakkında herhangi bir açıklama yapmayacağınıza dair taahhüt edin." "Niye?" dedik. Dedi ki: "Eğer bu ikisi yaygınlaşırsa, hastalık kalmaz ve kliğinize de kimse başvurmaz." Sonra düşmanlar sirkeyi bizden alamayacaklarını anladıklarında, doğal sirkeyle oynadılar.

UYARI: Gerekli ölçüde sirke kullanımı ve hacamat hastalıkların kökünü kurutur.

UYARI: Eğer sirke olmazsa, sirke benzeri; limon suyu ve koruk suyu kullanın.

Sirkenin Faydaları

1. Zihni destekler

2. Aklı çoğaltır

3. Kalbi diriltir

4. Parazitleri giderir

5. Yemekten sonra bir kaşık sirke, yemeğin sindirimine yardımcı olur.

6. Gıdayı mikroplardan arındırır.

7. Vücut ısısını düşürür.

8. Yağları eritir

9. Ağır suyu hafifleştirir

10. Vücuda nüfuz edilebilirliği yüksektir.

11.Tansiyonun ilacı

12. Diyabet ilacı

13. Kanı sulandırır

14. Kandaki sevdayı savar

15. Kan damarlarının yüzeysel ve derinsel tıkanıklıklarını giderir

16. Kriz oluşumunu önler

Sirkenin Mertebeleri

Evvel üzüm sirkesi, ikinci olarak hurma sirkesi, üçüncü olarak incir sirkesi, dördüncü olarak da elma sirkesi.

Sirke, ilk sıcak son soğuktur çünkü sirkeyi tatlı üzümden üretiyorlar. Limon suyu ve koruk suyu, ilk soğuk ve son soğuktur.*

ÇN: Metinde bir hata olabilir.

UYARI: Fabrikada üretilen sirkeler, sinirleri alt üst eder zira asit oranı doğal sirkeye göre üç katı fazladır.

Hamile kalmak isteyen, adet dönemini düzenlemek isteyen, hormonal sistemini desteklemek isteyen ve ehlatı gidermek isteyen bir kadına rezene sirkencübini verilir (nane yerine rezene).

Bağımlılığı olanları sirkencübinsiz bırakmaya zorlamayın, zira beynine işleyen sevda sirkencübinle yumuşayıp erir ve hacamatla dışarı atılır ve sonra bağımlılığından kurtulur, eğer yüzü açılmışsa sevdası erimiş demektir.

Ameliyat olanlar için sirkencübinin sirkesi zararlıdır zira ameliyat yeri uyuşturucu iğnelerle soğur, sirkenin kendisi de soğuktur.

Ses dalgası, sevda üretir, bu yüzden ses dalgasına maruz kalanlar sirkencübin istifade etmeliler.*

ÇN: Kastının tam olarak ne olduğu pek anlaşılır gibi değil.

Eğer soğukluğa fazla gerek olmayan şartlarla karşı karşıyaysak, yaşlı kimseler gibi, buna karşın cilt kaşıntısı da varsa (kaşıntı ya sevdadan kaynaklanır ya da safradan, zira her ikisi de kurudur) bu durumda sirke yerine limon suyu ve berberis içeceği ya da koruk suyu veriririz zira bunların soğukluğunun etkisi sirkeden daha azdır (iki ölçek bal + iki ölçek rezene hidrolatı –kadınlar için- ya da nane hidrolatı –erkekler için- +bir ölçek berberis suyu ya da limon suyu)

Eğer daha çok soğukluğa gerek olursa, sirke sirkencübini verilir, sirke nüfuz edici olduğundan kişide aşırı soğukluk oluşur, sinirlerine de negatif yansır, midede yanma hissi ve soğukluk oluşur ve daha ılımlı bir soğuğa ihtiyaç duyulur, burada nane yerine hindiba verilir.

Sirkencübin cinsel gücü düşürür, kafur da cinsel eğilimi azaltır ama beslenmede bir gıda komplo teorisi olarak karşımıza çıkar zira tüm vücudu soğutur ve yaşlılar için çok zararlıdır; kafur yerine nane verilir ki hem cinsel krizleri kontrol altına alır (hem erkeklerde hem kadınlarda) ve hem de beden, cilt, beyin, sinir ve ruh letafetini hıfzeder. Nane cinsel isteği o kadar azaltır ki sürekli kullanımı kısırlığa neden olabilir özellikle de vajinal olanı.

Sirkencübin Türleri

Sirkencübin çeşidi fazladır. Ama burada kullanışlı ve önemli olanlarına değineceğiz:

1. Sade/Genel Sirkencübin:

Bu sirkencübin, sevda, safra ve balgamı savar. İçerikleri şunlardır: İki ölçek nane + bir ölçek sirke, birkaç dakika kaynatın ve ılındıktan sonra iki ölçek bal ilave edin ve her öğünde 1/3ü karışımdan ve geri kalanı da su olacak şekilde için.

UYARI: İçeriklerin ölçüsü ve kullanım ölçüsü her öğünde tüm sirkencübinlerde aynıdır, ayrı olarak söylenenler dışında.

Eğer sıcak sirkencübin yapmak istiyorsak, sirke ve naneye biraz reyhan eklenir ve kaynatılır ve sıcaklığı daha da artırmak istiyorsak sarımsak da ilave edilir ve kaynatılır. Eğer soğuk sirkencübin yapmak istiyorsak, sirke ve naneye biraz semiz otu ekleriz.

2. Gülsuyu Sirkencübini:

Eğer nüfuz edici özelliğinin damarlarda daha çok olmasını istiyorsak, nane hidrolatı yerine gülsuyu (hidrolatı) kullanırız.

3. Ayva Sirkencübini:

Eğer sirke ve ayvayı birlikte kaynatırsanız ayva-sin meydana gelir ki diyabet tedavisinde olağanüstü etkisi vardır, eğer bal ilave edersek ayva sirkengebini/sirkencübini olur ki hamile kadınlarda bulantının en iyi ilacıdır, iştahı artırmada da oldukça faydalıdır.

4. Rezene Sirkencübini:

Sütü artırır, cildi güzelleştirir, kadınsı eğilimleri artırır ve menopozun yan etkilerini ve hormon bozukluğunu ve kadınların alevlenmesini giderir (nane yerine rezene kullanılır).

5. Hindiba/Kasni Sirkencübini:

Soğuk sirkencübin de deniliyor, Karaciğeri çok sıcak olan sıcak mizaçlılılar, susuzluk hissi duyduklarından, akne ve kurdeşen görülebilir ve çokça ateşe yakalanlar için hindiba sirkencübini faydalıdır (nane yerine hindiba kullanılır.). Zira çoğu bilinmeyen ateşler karaciğer bağlantılıdır.

6. Berberis Sirkencübini:

(Sirke yerine, berberis suyu*) artık safranın atılması ve damarların açılması ve kalp ve mide hararetinin inmesi için faydalıdır.

ÇN: Berberis ya da Farsçası ile “zireşk” İran’da kullanımı yaygın olan küçük yapılı bir meyvedir. Pilavların üzerine de zireşk kurusu kavurup dökerler.

7.Sarımsak Sirkencübini:

Siyatik ağrıları olanlar, doğranmış sarımsağı sirkede iki üç gün boyunca beklettikten sonra nane ve bal ilave edip içseler, faydalıdır.

8. Yaşlı Kadın ve Erkekler için Sirkencübin:

4 ölçek zeytin yağı + iki ölçek bal + bir ölçek sirke (her akşam üç yemek kaşığı) yeseler gençleşirler.

9. Hünnap Sirkencübini:

Hünnabı, üç gün sirkede yatırırlarsa, kan hastalıkları için etkilidir.

10. Adasoğanı Sirkencübini:

Bu sirkencübin, çok sıcak olup karaciğer yağlanması olanlar için oldukça faydalıdır. İki litre sirkeyi 200 gram doğranmış adasoğanıyla kaynatın ve süzün ve ılındıktan sonra onun 1.5 katı bal ilave edin. Akşamları 1/4ü karışımdan ve geri kalanına su ilave edin ve için.

UYARI: Bu sirkencübin, geleneksel tıp uzmanının izni olmadan kullanılmamalıdır.

UYARI: Bu sirkencübinin azlığı çokluğu, havanın ve bedenin soğuk ya da sıcak oluşunda fark eder.

NOT: Kitabın birinci kısmı sonlandı. Bir sonraki bölümde, ikinci kısımdan yani hastalık ve tedavilerinden devam edeceğiz inşallah.

MEHMET BİLMEN 27-09-2018

Merhabalar

Çörek otu için sirkencübin nasıl olur deneme oldumu? teşekkürler..

Serap Ağrı Aksu 27-07-2018

Selamun Aleykum Ayşenur Hanım

Rezenenin kendisini çok kısık ateşte ağzı sıkı bir şekilde kapalı olan bir tencerede 5 dakika kaynatıp altını kapatın, iyice soğuduktan sonra ağzını açıp şişelere alabilirsiniz. Miktar için, yarım kilo rezeneye 1.5 litre su ekleyebilirsiniz. Ağzı sıkıca kapatmanın felsefesi, buharının da içine damlaması için. Bu tarife göre yaptıktan sonra içine 1 litre kaynar su ekleyip sıkıca kapatınız. Kaynama sürecine ve ateşin kısık ayarda olduğuna dikkat ediniz.

ayşenur 12-07-2018

tr de nane hidrolatı bulamadığımız için sirkencübini nasıl hazırlamalıyız? yaş ya da kuru nane hangisini kullanmalıyız? sadece su sirke ve bal karışımı yapsak da benzer etkileri gösterir mi?

Muhlasin 04-01-2018

Selamlar, kitapta çeviriyle oynamamak için en başta doğrudan çeviriye öncelik tanıdık bu açıdan naneden kastı nane hidrolatı aslında. Sirkengebin, İran'da oldukça yaygın olduğu ve her yerde rahatlıkla hazır hali satın alınabilir olduğundan içeriği açık seçik belirtilmemiş olabilir. Bir de

hidrolatlar su gibi yaygın İran'da. İlaçlar da sıklıkla hidrolatlar üzerinden gidiliyor. Kısaca naneden kastı, nane hidrolatıdır.

Mustafa 03-01-2018

İki ölçek nane + bir ölçek sirke,

nane ıslanınca hacmimi düşüyor.

Mizacını Tanı Kitabı (On Altıncı Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Altıncı Bölüm)

05 Ocak 2018

Hastalıkların Tedavisi

Eski hastalık adların günümüz adlarıyla karşılıkları:

Raşe: Parkinson

Bağırsak kuluncu: Bağırsak koliti

Basur: Hemeroid

Ergünnisa/Urkunnisa/Erqonnisa: Siyatik

Devali: Varis

İstirha: MS

Baras: Vitiligo

Gambad: Tiroid

Göz Hastalıkları

Göz Kapağı Düşüklüğü ve Göz Altı Şişkinliği (Gözde balgamın artışından kaynaklanır.)

1. Bıngıldağı çörek otu ile yağlama ya da tuz tacı kullanımı (Kumaştan kesenin içini deniz tuzu ile doldurun, akşamları bir ile iki saat arası başınızın üstüne koyun.)

2. Özellikleri akşamları, soğuk gıdalar tüketmeyin ya da ciddi manada azaltın.

3. Üzüm pekmezli tahin, haftada dört kez olmak üzere kahvaltıda tüketin.

Gece Körlüğünün Tedavisi

1. Yonca yaprağı çorbası ya da salatası, haftada iki ya da üç kez.

2. Gözün üstüne pişmiş yonca pansumanı, akşamdan sabaha kadar kalacak.

3. Gözü rezene hidrolatı ile yıkama.

4. Tedavi süresi, kırk ile yüz yirmi gün arasıdır.

Göz Enfeksiyonu Tedavisi

1. Akşamları bir damla balı göze damlatın (7 ile 14 akşam)

2. İki hafta sonra, gözü rezene hidrolatı ile 7 ile 14 kez yıkayın.

3. Göz masajı

Katarakt Tedavisi

1. Gözü rezene hidrolatı ile yıkayın (40 akşam)

2. Akşamları gözün içine bir damla taze sıkılmış limon suyu damlatma (40 akşam)

3. Limon suyunu kırk akşam damlattıktan sonra, akşamları bir damla balı gözün içine damlatın (kırk akşam)

4. Mastoid hacamatı (kulak arkası)

5. İki hafta sonra temporal bölgesine hacamat yapılır

Keratokonus* Tedavisi

·"Keratokonus, gözün ön kısmını oluşturan saydam tabakanın (kornea) öne doğru bombeleşmesi ve incelmesi ile karakterize her iki gözü birden etkileyen, ilerleyici bir hastalıktır. Kornea sivrileşmesi olarakda bilinir." Göz vakfı sitesinden alıntıdır.

1. Bıngıldağı susam ya da çörek otu ile yağlama

2. Gözü rezene hidrolatı ile yıkama (kırk akşam)

3. Kulak arkasına kupa terapi (yedi ile on dört aşama)

UYARI: Kupa terapi, sadece geleneksel tıp uzmanı gözetiminde gerçekleştirilmelidir.

Kirpik Kepeklenmesi

Menekşe yağı ile kirpikleri yağlayın.

Gözdeki Yüzer Noktalar (Tıptaki ismiyle Uçan Sinekler) İçin Tedavi

1. Gözü rezene hidrolatı ile yıkayın.

2. Baş hacamatı

3. İki hafta sonra temporal hacamatı

Pterjium (Kuşkanadı) Tedavisi

1. Gözü rezene hidrolatı ile yıkayın.

2. Bıngıldağı çörek otu ile yağlayın.

3. Baş hacamatı.

4. İki hafta sonra temporal hacamatı

UYARI: Hacamatların tekrarlanmasıyla ve bazı durumlarda hekimin teşhisiyle, temporal bölgeye sülük ve hatta fasd ile tedavi gerçekleşir.

Göz İltihabı, Kırmızılığı ve Yanması için Tedavi

Taze limon suyu + tatlı badem yağı karışımından akşamları bir damla gözün içerisine damlatın.

Glokom

1. Mastoid hacamatı (kulak arkası)

2. İki hafta sonra temporal hacamatı,

3. Gözü rezene hidrolatı ile yıkayın.

Arpacık Tedavisi

Hatmi çiçeği + kekik + karnıyarık otu + kaynamış süt ya da kaynamış su karışımını hamur kıvamına getirin ve göz kapağının üzerine koyun, üzerini kapatın ve yumuşak tutun ki patlasın sonra demlenmiş kekik ile yıkayın. Bir seansta temporal hacamatı ya da göz kenarına veya göz kapağı altına sadece iki tane sülük atın.

Presbiyopi Tedavisi

1. Sirkengebin ve buruk tatta gıda tüketimi

2. İki hafta sonra genel hacamat

3. İki hafta sonra mastoid hacamatı

4. İki hafta sonra Temporal hacamatı

5. İki hafta sonra temporal bölgesine sülük atılır (Gerekli görülürse)

6.Yukarıdaki aşamaları uygularken eşzamanlı olarak kanı sulandırıcı gıda tüketimi; dusin ve sirkengebin ve gözü rezene ile yıkama gibi.

Görme Kaybı*

*Görme hissinin geçici veya kalıcı olarak azalmasına görme kaybı denir. Acıbadem sitesinden alıntıdır.

1. Akşamları gözü rezene hidrolatı ile yıkama (120 akşam)

2. Sürekli olarak sürme kullanımı ya da uykuya geçerken ismid/taş sürmesi ya da badem sürmesi kullanın.

3. Akşamları bir damla doğal balı göze damlatın. Rezene hidrolatıyla yıkadıktan sonra yapılması en uygunudur. (Kırk akşam)

4. Bıngıldağı çörek otu yağıyla yağlayın (Kıkr akşam)

5. Bıngıldağı yağladıktan sonra, genel hacamat, iki hafta sonrasında baş hacamatı, baş hacamatından iki hafta sonra temporal hacamatı önerilir.

6. Günde bir su bardağı havuç suyu, günde bir su bardağı demlenmiş kekik ve günde yedi adet badem önerilir.

7. Sülük terapi ve temporal fasdi de tedavi kapsamına girebilir.

Göz Işığının Artırılması

Akşamları rezene hidrolatı ile gözleri yıkama.

Göz Tiki Tedavisi

1. Koku koklama (akşamları)

2. Bademli fesencan* iki ile üç öğün (yarısı badem [on dört tane] ve yarısı ceviz)

3. Baş ve ayak altı masajı

4. Soğuk gıdaları iptal etme özellikle de akşamları

5. Bıngıldağı çörek otu yağıyla yağlama

6. Akşamları bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatını bir bal kaşığı limonotu ve biraz da bal ile için.

7. Tedavi süresi toplamda 120 gündür.

*Fesencan ya da fesenjan, kırmızı et ya da tavukla yapılan ayrıca içine nar salçası, ceviz içi ve bazen de şeker eklenen İran'a özgü bir yemek. Amid Sözlüğünden alıntıdır.

Göz Sulanması (Epifora) Tedavisi

1. Bir damla balı göze damlatın (7 ile 14 akşam)

2. Soğuk gıdaları yemeyi iptal edin ya da azaltın (Kırk akşam)

3. Üzerlik tohumunu bir su bardağı su ile yutun. (Akşamları bir yemek kaşığı kadar)

4. Günlük çiğneyin.

Çocuk Hastalıkları

Bebek/fetüs dünyaya geldiğinde, yedi gün süresince bebeğin vücudunu zeytin yağıyla yağlayın ki doğal vaksinasyon/aşı olarak kabul edilir ve vücuttaki balgamı yok eder. Bu işlemi yapanlar oldukça yararını görmüşlerdir.

Düzenli hacamat da, aşıdan daha iyidir ve bebeğin immün sistemini destekleyici role sahiptir. Kan alımı, iki yaşından itibaren başlar ve yetmiş yaşından sonrasına kadar devam eder buna karşın hacamata tek engel faktör "balgam"dır; eğer soğukluk aşırı olursa hacamat yapmayın.

Anne Sütü Azlığı

Süt veren anneler, üzüm diyetine başlarlarsa sütte artış olur ve eğer hurma da yerlerse süt çoğalır ve annenin sütü kuvvetli ve yoğun kıvamda olur. Anne sütünün karşılığı, üzüm suyudur.

Huzursuz Bebeklerde Görülen Aşırı Ağlama, Karın Ağrısı ve Aşırı Gaz Sorunu İçin

Karnı yağla yağlama ve masaj yapma (yarım saat kadar)

Bebeğin Süt Emdiği Sırada Ağzının Kenarından Süt Akması için Çözüm

Bu durum aşırı balgamdan kaynaklanır. Tedavisi ise, ilk etapta anne sütünü sıcak gıdalarla sıcak etmeliyiz ki bu sıcak etme süreci yaklaşık üç buçuk saatinizi alır ve bebeğin tüm vücudu zeytin yağı ile yağlama suretiyle sıcak edilir.

Ateş Tedavisi

Tenkiye/Lavman, ateşi oldukça düşürür ve bağırsakları arındırır. Tenkiye olmazsa hıyarşembe (Cassia fistula, hinthıyarı, Farsçası; fulus) + terencebin/terengebin kaynatılır (azıcık fokurdar) ve içilir. Müshil ve ateş düşürücüdür.Ayrıca süpürge otu tohumu (Descurainia sophia) da ateş üzerinde etkilidir.

Bebeğin Anne sütünü Geri Çıkarması

Susam yağıyla bebeğin bıngıldağını ve midesini yağlayın ayrıca anne de sıcak gıdalar yemelidir.

Enfeksiyona Bağlı ya da Bilinmeyen Bir Nedene Dayanan Ateş Tedavisi

Çörek otu (7 ile 21 tane arası). Eğer bebek olursa, çörek otu yağı verilir (1 ile 3 damla) ve eğer iyileşmezse kullanım aralığını daraltırız (her dört saatte bir) ve en iyi gıda elmadır. Hindiba ve ayakları soğuk su ile yıkama da faydalıdır.

Vücuttaki Enfeksiyon Tedavisi

Bol kişnişli arpa çorbası, çocuklarda görülen enfeksiyon tedavisi için oldukça yararlıdır ve bal + taze limon suyu + su karışımı da çok faydalıdır. Armut ve elma püresi de hastalığa yakalanan bebek için oldukça faydalıdır. Eğer enfeksiyon, bebeğin tüm vücuduna yayılmışsa, İbn Sina der ki bebeğin anüs çevresine üç tane sülük atın.

UYARI: Elmanın kullanım şekli: Elmanın suyunu çıkartın ve kaynatın, doyuma ulaştığında buzdolabında saklayın ve sabahları bir su bardağı elma suyundan için, bu elma suyu insanı dinç tutar ve ayrıca kan yapıcıdır. Kansızlığı olanlar, elmayı rendeleyip bal ile birlikte yesinler.

Süt Emerken Nefes Almakta Zorlanan Bebekler İçin

1. Bıngıldağı susam yağıyla yağlayın. (üç öğün)

2. Skapula kupa terapisi de yapabilirsiniz (Bebeklerde kupa terapisi 7 ile 10 dakika arasında değişir.)

Kızamık Tedavisi

Bu hastalığın tedavisi genel hacamattır.

Suçiçeği Tedavisi

Bu hastalığın tedavisi, genel ve karaciğer hacamatıdır.

Yenidoğan Sarılığı

Sarılğın nedeni, annenin hamilelik döneminde aşırı sıcak ve kuru gıdalar yemesi dolayısıyladır.

Tedavisi:

1. Her iki kulak kepçesine de hacamat yapılır ve beş ile yedi damla kan gelmesi yeterlidir.

2. Eğer geçmezse, üç gün sonra genel hacamat yapılır ama 1-2 cc den fazla kan alınmaz.

3. Eş zamanlı olarak latif soğuk gıdalar alınır; hindiba, berberis suyu gibi (anne kullanır)

4. Eğer bebeğin sarılığı aşırıysa, 24 saat sonra tekrardan kulak kepçesi hacamatı yapılabilir.

5. Bebeği ak söğüt (Salix alba, Farsçası; bid) yaprağına yatırın.

6. Sarılık üzerine semiz otu usaresini sürün ve yesin

7. Hatmi çiçeğini bebeğin tüm vücuduna sürün (Hatmi çiçeğinin dip kısmını alın ve suda kaynatma suretiyle hamurumsu bir kıvama getirin)

UYARI: Bebeğin kanının az olmasından endişe etmeyin, zira bebeğin kanı çoktur.

Kötü ve Korkutucu Uykular

Sevdadan kaynaklanır, sevdayı tedavi etmeleri gerekir.*

*Sevda bölümüne bakınız.

Bebeklerde Boy Uzaması ve Bağışıklık Sisteminin Takviyesi İçin

Eğer sağlıklı bir bebeği ayda bir kez dördüncü ayına kadar kupa terapi uygularsanız bebek güçlü olur ve bebeğin başında immün sistemi takviye olur ve hatta bebeğin başında aşırı balgamdan kaynaklanan mukusu yok eder. Bu mukus, soğuk algınlığına yakalanıldığında başın ağır olmasına neden olur ve bebeğin başı için zarar teşkil eder ve tüm sorunlar başın zarar görülme olasılığına dayanır. Bebeğin arkasını, sıcak yağlarla yağlayın ve güneşin karşısında yarım saat bekletin.

Çocuğun ayak altına yağlarla masaj yapımı, çocukta tüm sistemleri aktive eder ve çocuk sonradan hastalığa yakalanmaz (her gün).

Sara/Epilepsi, Havale ve Beyin Felci Geçiren Çocuklar

1. Yenidoğan bebeğin bıngıldağını iki yaşına kadar çörek otu yağı ve acı badem yağıyla yağlama, haftada bir iki kere (bıngıldak tam oluşmamışken). Bu işlem, beyin gelişimini, bebeklerde en iyi biçimde süt emilmesini, sakinleşmesini ve bedensel olarak gelişimini sağlar.

2. Omurganın ve başın yağlanması ve saçın kazıtılması.

UYARI: Bebeklerin saçının kazıtılması ileriki yaşlarda bedensel gücünün artışına neden olur.

Yemesi Kötü ve Zayıf Olan Bebekler

Bir yemek kaşığı süpürge otu tohumunu bir su bardağı su ile içsin (21 gün)

Bebeklerde İşitme Kaybı/Azlığı

Bebeğin kulak arkasına sülük atın (Uzman tarafından yapılmalıdır.)

Abzen/Küvet Çeşitleri:

Tedavi edici özelliktedir, hastalıkla uyumlu olanın kaynatılmışını küvete dökün ve yarım saat otururn, bu iş üç ay ilaç alınımının karşılığı olarak cevap verir.*

*Bu paragraf eksik gediklerden dolayı ayrıca kontrol edilecektir.

ÇN: Abzen, eski hamamlarda yer alan karşılığı günümüz küvetine denk gelen yaygın bir tedavi şekli. Kitap metninin düzeni ara sıra karmaşık bir çizgide ilerlediğinden olaylar karışabiliyor. İnşallah kitabın çevirisi bittikten sonra bu eksik mümkün ölçüde telafi edilecektir. Abzen neden bu kısımda getirilmiş ve üstün körü bir açıklama ile yetinilmiş pek anlam veremedim doğrusu.

Boy Kısalığı ve Gelişim Geriliği

Boy hacamatı yapılır. (Boy hacamatı, aslında genel hacamattır ancak çizik sayısı daha fazla tutulur.)

Bebeklerde İştahsızlık

Bebeğin göbek ve karnını kastor yağı (hint yağı) ya da çörek otu yağıyla yağlayın. Bu işlem, gazın giderilmesine yardımcı olduğu gibi karın krampı ve kulunca iyi gelir.

Bebeklerde Kabızlık

1. Karnı zeytin yağıyla yağlayın.

2. Anne bal ve rezene hidrolatı tenavül ederek sütü sıcak etsin.

3. Yedi adet inciri suda ıslatın ve suyunu akşamları damla damla bebeğe verin.

Sıcak Mizaçlı Bebeklerin Özellikleri

Cilt rengi koyu olur, vücut tüylü olur, saçlar uzun ve zeki olurlar.

Soğuk Mizaçlı Bebeklerin Özellikleri

Kadınlar hamilelik dönemlerinde aşırı soğuk gıdalar tüketirlerse bebeğin beyni aşırı soğur yani dünyaya gelen bebek sürekli uykuludur, düşük zekalı, şişkin, cildi beyaz, saçlar seyrek, flu açık tonda saçlar, ağız gevşek ve sütü çabuk geri çıkartır.

Bebeklerde Diş Çıkarırken Oluşan Ağrının Yatıştırılması

Diş etini zeytin yağıyla masaj yapın.

Hiperaktif Bebekler

Eğer aşırı sıcaklıktan kaynaklanırsa saçlar dik ve kurudur ve vücut sıcaktır. Tedavisi:

1. Hacamat (İki kez ilkbaharda ve bir kez sonbaharda)

2. Berberis sirkengebini ya da genel sirkengebin

3. Arpa çorbası

4. Bıngıldağı zeytin yağıyla yağlama

5. Soğuk gıdalar yeme

Eğer aşırı soğukluktan kaynaklanırsa çocuk her şeyi kırıp döker, huzursuz sebatsız ve güçsüzdür ve bağırıp çağırır. Tedavisi:

1. Susam yağlı ya da zeytin yağlı buğday çorbası

2. Badem yeme

3. Üzüm pekmezli tahin

UYARI: Toplumumuzda hiperaktivite genel açıdan sıcaklıktan kaynaklanır, tedavisinde ise soğuk gıdalar önerilir.

Bıngıldak Yumuşaklığı

1. Anne sütünü sıcak gıdalarla sıcaklaştırsınlar, örneğin; rezene hidrolatı + bal ve hurma

2. Anne koyun paçalı buğday çorbası içsin.

3. Bebeğe zeytin yağı banyosu yaptırın (7 ile 14 güne kadar bebeğin tüm vücudunu zeytin yağıyla yağlasınlar) ve yirmi dört saat sonra yıkasınlar.

4. Bıngıldağa zeytin yağı sürün.

Badem Harire'sinin Hazırlanışı

2 kaşık pirinç unu

Yarım kaşık doğal şeker

120 cc süt, bir dakika kadar kaynatılacak

Akşamdan ıslatılan kabuğu soyulmuş dört adet bademi yumuşayana kadar öğütün ve hazırladığının pirinç unu muhallebisine katın.

Bebeklerde Görülen Pişik

1. Bölgenin üzerine öğütülmüş Mersin/Murt ağacı yaprağı

2. Bölgeyi katı yağla* yağlama

3. Bölgeye anne sütü sürün.

*Geleneksel tıbbın önerdiği katı yağlar kastedilmiştir.

Bir Yaşındaki Bebekte Görülen Anemi

1. Anne sütünü, bal, hurma ve rezene hidrolatı ile sıcak mizaçlı hale getirin.

2. Bebeğin vücudunu çörek otu yağıyla yağlayın.

Gece Alt Islatma

Mesane soğukluğundan kaynaklanır ve bu soğukluk ya tüm vücudun soğuk olmasındandır ya da bölgesel soğukluktur. Eğer akşamları soğuk gıdalar yerse ve soğursa, demek ki tüm vücudu soğuktur ve yese de yemese de buna rağmen gece idrar kaçırsa bu demektir ki bölgesel soğukluk vardır. Neden soğumuştur peki? Çünkü iki sene boyunca bebek idrarını yaptı ve idrarında kaç saat bekledi ve değiştirmedi. Tedavisi: Bölgesel sıcaklık sağlanır ve eğer sıcak gıdalar verirseniz aşırı sıcaklar:

1. Kırmızı gül yağı ya da susam yağını karın altı bölgesine, böğür ve beline sürün.

2. Sıcak mizaçlı gıdalar yesin; eğer sıcaklık basarsa, biraz yoğurt yiyerek sıcaklığı giderin.

Kekemelik

A) Sıcak kekemelik, sinir ve öfke anında görülür, ağız suyu yoktur, zekidir ama hızlı konuşmak istediğinde kekeler. Tedavisi:

1. Buruk tatlar tüketsin.

2. Kekemelik aşırıysa, dil altı fasdı yapılır. (Uzmanın teşhisiyle bir ya da iki seans sürer.)

B) Soğuk kekemelik, utanma, haya ve ağlama anında görülür, ağız suyu akar, soğukluk ve ekşi tatları sevmez. Tedavisi:

1. Balı emerek sabah akşam aç karnına yesin.

2. Sıcak mizaçlı sakızlar çiğnesin; günlük ve saggız (doğal sakız) gibi.

3. Güvercin yumurtası yesin.

4. Boğaz altını susam yağıyla yağlayın.

Çocuklarda Geç Konuşma

1. Günde bir bal kaşığı bal yesinler.

2. Her gün badem hariresi yesinler.

Çocuklarda Sinirlilik

Çocuklarda sinirlilik ya sıcaklıktandır ki bu durumda çok hareketli ve iştahsız olurlar. Tedavisi:

1. Sirkengebin

2. Genel hacamat

Ya da soğukluktandır ki güçsüzdürler, çok ağlarlar ve oldukça bahane uydururlar. Tedavisi: Sıcak ve destekleyici gıdalar; bal + zencefil şerbeti ve kuruyemişler gibi

Güçlü ve Sağlıklı Bebekler Dünyaya Getirmek İçin

Aşağıdaki önerilere annenin uyması gerekir:

1. Günde üç adet hurma yeme, özellikle de hamileliğin son aylarında (Sabrı çoğaltır, doğal doğum ve rahmin sıcaklığına sebep olur.)

2. Bal

3. Günde on dört adet badem

4. Uyumadan önce Isparta gülünden yapılma doğal koku koklasın.

5. Abdestli olma

6. Günde iki kaşık okyanus suyu

7. Zeytin yağı kullanımı

8. Akşamları yedi adet incir

9. Sabahları yedi adet zeytin

10. Günde bir bal kaşığı susam yesin.

11. Erişte olmaksızın, öorbayı ya da aşı buğday, arpa ya da nohutla pişirsin.

12. Günde yirmi bir adet siyah kuru üzüm

13. Demlenmiş nane ya da hidrolatı (ferahlatıcı ve mideyi sıcaklaştırıcıdır)

14. üzüm, elma, ayva, nar ve armut

NOT: On altıncı bölüm burada sonlanmıştır. On yedinci bölüm ağız ve diş hastalıklarından devam edecektir. Sağlıcakla kalınız.

Muhlasin 12-02-2018

Teşekkür ederiz, sarı nokta hastalığına dair bir bilgiyle karşılaşmadım ancak yine kitaplara bakıp eğer bir şeyler bulabilirsem sitede belirtirim. Sağlıcakla kalın

reyhan erdemir 10-02-2018

böyle bilgileri bizlerle paylaştığınız için teşekkür ederim. Allah razı olsun sarı nokta hastalığı ile ilgili kalıcı bir tedavi yöntemi var mı acaba

Mizacını Tanı Kitabı (On Yedinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Yedinci Bölüm)

13 Ocak 2018

Ağız ve Diş Hastalıkları

Diş Ağrısı

Nohut büyüklüğünde topalağı çiğneyin.

Beyaz Dişler İçin

Diş macunu: (5 ölçek bal + iki ölçek tuz) her akşam

Dayanıklı Dişler İçin

Dişleri fırçaladıktan sonra, dişetine aşağıdaki karışımla masaj yapın:

2 ölçek sirke + beş ölçek gülsuyu

Sarımsak Kokusu

Bir kaşık bal yemek, sarımsak kokusunu giderir.

Dil Çatlaklığı

1. Akşamları sıcak gıdalar tüketin.

2. Akşamları sirkencübin için.

Diş Apsesi ve Ağır Apseler (Üç günde kesin çözüm) (denenmiş tedavi)

Üstad Bakıri'nin Önerisi*: Bu hastalığın tedavisi için oldukça sade ve denenmiş bir yöntem var ki bu yöntemi uygulamakla üç gün içinde bu hastalıktan kurtulabilirsiniz. Bunun için aşağıdaki malzemeler gerekir:

Bir diş rendelenmiş sarımsak

Bir tane misket limon (lim ya da küçük limon) ya da iki tane normal büyük limon

Bir yemek kaşığı hakiki bal

Bir su bardağı su

Birkaç buz parçası

Limonun suyunu sıktıktan sonra, bal ve sarımsakla birlikte suda karıştırın ve buz* ile serinletin ve için. Bu karışımı yetmiş iki saat boyunca yemek ve su yerine istifade edin ve başka bir şey yemeyin ve yetmiş iki saate kadar tamamen dinlenin

*(Denenmiş) veya (oldukça tecrübeli) ifadesi geçen tedaviler Üstad Bakıri'nin "Mücerrebat" kitabından alınmıştır.

*Normalde Geleneksel Tıp'ta buz ve benzeri ürünler tavsiye edilmez. Hatta "Ariflerin Sağlık Tavsiyeleri" kitabında yazar İbn-i Sina'dan şöyle bir alıntı yapar:

"Buzu suda eritmeyin ve buzlu su içmeyin zira sinirlere ve mizaca çok zarar verir. Eğer gençlik yıllarında, bedeninin doğası sizi buzlu suya karşı korusa dahi eninde sonunda yaş ilerledikçe buz yapması gerekeni yapar ve sizi bırakmaz. Eğer soğuk su içmek istiyorsanız, suyu buzun kenarında soğutun."

Eğer Üstad Bakıri'nin kastı karışımın soğumasıysa İbn-i Sina'ya isnat edilen yukarıdaki yöntem en mantıklısı. Yine de tercih kişinin kendisine aittir. Objektif kalma adına daha da yorum yapmaktan kaçınıyorum.

Uyarı: Günümüz diş macunlarındaki tatlı tat, diş çürümesinin en başlıca nedenlerindendir.

3. Üstad Hayrendiş'in Önerisi: Karaciğere hacamat yapılır, hafif vakumla.

Ağız Suyu Akması

Midenin soğukluğundan kaynaklanır.

1. Aç karnına bal.

2. Akşamları üzerlik* yutun.

*Bir hatırlatma olarak, üzerlik asla çiğnenmemelidir, kullanımı “yutma” şeklindedir.

3. Eğer bebek olursa annesi sıcak gıdalar yesin (günde 3 adet hurma, sütün mizacını sıcak eder.)

4. Bebeğin bıngıldağını susam ya da çörek otu yağıyla yağlama suretiyle sıcak edin, böylece bebek rahatça nefes alamıyorsa, burun hava yolları açılır.

UYARI: Eğer anne sütünün sıcak ve dolu olmasını istiyorsa, hurmayı rezene hidrolatı ile tüketsin.

Dişeti İltihabı

Bal ve tuzla fırçalayın.

Ağız İçi Aft

Aft ya sıcaklıktan kaynaklanır (yani sıcak şeyler yediğinde aft oluşur) veya soğuktur; eğer sıcaklıktan olursa:

1. Sabah ve akşam olmak üzere nar salçası tatsın.

2. Genel ve çene hacamatı

Eğer soğukluktansa (yani stres anında ağzında aft çıkabilir):

1. Akşam aç karnına bal tatsın.

2. Çene hacamatı

Kötü Ağız Kokusu

Kötü ağız kokusu üç delille oluşur, bu sorunu gidermek için de asıl nedenini tedavi etmeliyiz. Bu nedenler aşağıdakilerden biri olabilir:

1. Sinüzit ve akşamları sinüzit akıntısı: Sinüzit tedavisi detaylı olarak anlatılacaktır.

2. Ağız ve diş eti iltihabı: Tuz ve bal içeren diş macununun kullanımı (5 ölçek bal + 2 ölçek tuz)

3. Mide reflüsü, midede helikobakter pilori bakterisi: Bir su bardağı nane hidrolatıyla birlikte bir bal kaşığı sinirli ot tohumunu on dakika boyunca orta ateşte kaynatın ve ılındıktan sonra biraz balla karıştırarak akşamları uyumadan önce için. Tedavi süresi, hastalığın türüne göre 40 ile 120 gün arasında değişir. Bir diğer önemli nokta da mide yarasında çabuk sonuca ulaşmak için bir yemek kaşığı sinirli otu tohumunu kullanabilirsiniz. Reflü safradan kaynaklıysa, bulantısı acı olur ve tedaviside sirkencübin verilir.

Bu hastalıkta uyulması gereken önemli noktalar:

1. Asla buzlu su içmeyin. (Aşırı soğuk)

2. Yemek arasında su içmekten kaçının. (Su içmenin en uygun olduğu vakit, yemekten önce yarım saat ve yemekten sonra yarım saat şeklindedir.)

3. Soğuk gıdaları azaltın, özellikle de akşam vakti (yoğurt, süt, ayran, içecek ve çay)

4. Soğuk gıdaları düzenleyicileriyle birlikte yemeye özen gösterin, mesela ayran ve yoğurdu naneyle ya da ziziphora* ile birlikte tüketin ve sütü bal yada hurmayla birlikte tüketin

5. Yemek esnasında şekerli çay reflüye neden olur.

*Ziziphora'nın çeşitli türü olduğu için, medplant.ir sitesine göre ziziphora'nın takson adı; Ziziphora cliniopodiodes, bizimbitkiler.org sitesinde bu türün Türkçe karşılığı "dağ reyhanı"dır. Ancak medplant sitesinde İran'ın Horasan eyaletinde bu bitki için "anokh" denildiği geçer. Oysa ziziphora'nın Ziziphora capitata türü Türkçe'de "anuk" olarak geçer. Buradaki benzerlik göze çarpar, ancak türler fark eder. Dağ reyhanının diğer adı da ayrıca "anık"tır. Netice itibariyle ziziphora için dağ reyhanı kullanılır. Ancak tür bakımından fark görüldüğünden "Zizifora" şeklinde de Türkçeleştirilebilir. Bu arada Ziziphora Farsça'da "Kakuti" olarak geçer. Ayrıca ziziforanın ya da dağ reyhanının tabiatı sıcaktır.

Mide Hastalıkları

Kabızlıkla Birlikte Mide Şişkinliği ve Soğukluğu

1. Bir bal kaşığı sinirli otu tohumunu, bardağın yarısı nane hidrolatı yarısı da gülsuyu olacak şekilde kaynatın ve ılındıktan sonra bal ilave ederek akşamları için.

2. Tatlı badem yağıyla birlikte balı her sekiz saatte bir bir yemek kaşığı tüketin.

3. Sirkencübin (Nane hidrolatı yerine gülsuyu (gül hidrolatı) kullanın.

Yağdan Kaynaklanan Şişmanlık

1. Aç karnına bal yiyin

2. Akşamları bir bal kaşığı üzerlik otu yutun.

3. Sıcak mizaçlı gıdalar yiyin.

4. Yemek esnasında su içmekten kaçının.

UYARI: Sirke ve herhangi ekşi tatlar, aç karnına iyi değildir. Sıcak mizaçlılarda kilo kaybına sebep olduğu doğrudur ancak sinirleri tahrip eder ve soğuk mizaçlılarda kilo artışına neden olur.

Kastan Kaynaklanan Şişmanlık

1. Öğle yemeğini iptal edin.

2. Akşamları suyla birlikte bir yemek kaşığı üzerlik otu tohumunu ya da kimyonu yutun.

UYARI: Kimyon, kadınlarda kırışıklığı artırır ama erkeklerde herhangi etkiye yol açmaz.

Mide Güçsüzlüğü

Aç karnına bal yiyin.

Zayıflığın Tedavisi

1. Hacamat

2. Badem ve incir yiyin.

3. Zeytinyağlı buğday çorbası

4. Bir çay kaşığının üçte biri zencefili bir bardak portakal çiçeği hidrolatında kaynatın ve ılındıktan sonra bir çay kaşığı nar salçası ekleyin ve yemekten yarım saat ya da bir saat önce için.

5. Pirinç sütü (Süt, pirinç ve gülsuyu ile yapılan sütlaç benzeri bir tatlı)

6. Üzüm

Hıçkırık

Mide kasının tutulmasıyla oluşur ve çeşitli tedavileri bulunur, en basitleri şöyle:

1. Hıçkırığı olan kişinin hapşırmasını sağlayın.

2. Eğer bir netice elde edemezseniz, ballı soğan önerilir.

3. Eğer hiçbir yöntem fayda sağlamadıysa “iki kürek kemiği” hacamatı yapın.

Mide Ağrısı Tedavisi

Eğer mide ağrısı gazla birlikte olursa yani ağrının tipi soğuktur, bu soğukluk ilk etapta, zor sindirme, ikinci etapta karın gurultusu, üçüncü etapta geğirme, dördüncü etapta kötü ağız kokusuna neden olur. Tedavisi şöyledir:

1. Akşam aç karnına bal yiyin.

2. Ballı nane hidrolatı önerilir.

3. Üstad Bakıri: Kekik hidrolatı + meyan hidrolatı + mısır anaasonu hidrolatını eşit ölçüde karıştırın ve yemekten sonra bir çay bardağı ya da daha fazla tüketin.

Eğer mide rahatsızlığı sıcaklıktan kaynaklanırsa ağız tadı acı olur, tedavisi şöyledir:

1. Soğuk gıdalar tüketin; yoğurt ve limon suyu gibi.

2. Hindiba sirkencübini (akşamları)

Midede Biriken Balgamın Vücuttan Atılması

Kusma yoluyla vücuttan atılmalıdır ve en iyi kusmayı sağlayan karışımlar şöyle:

1. Bal+tuz

2. Sıcak su + tuz

3. Gülsuyu + tuz

Mide Bulantısı ve Mide Asidi

Her ikisi de soğukluktan kaynaklanır ve mide de sıcaktır. Sıcak gıdalar yediğimizde, mide kendi sıcaklığını korumayı ister, netice itibariyle soğuklukları dışarı verir ve bulantı meydana gelir, tedavisi şöyle:

1. Akşam aç karnına bal yiyin.

2. Ballı nane hidrolatı

Bağırsak Hastalıkları

Bağırsak Tıkanması

Hukne/tenkiye en iyi tedavidir.

Bağırsak koliti, bağırsak yarası ve bağırsak gazı

Bir bardak gülsuyu ile bir bal kaşığı sinirli otu tohumunu on dakika boyunca kaynatın ve ılındıktan sonra bal karıştırıp akşamları uyumadan önce için. Tedavi süresi hastalığın türüne göre 40 ile 120 gün arası değişir.

UYARI: Bağrsak sorunu mide sorunu ile birlikte olursa, yukarıda geçen reçetede bardağın yarısı gülsuyu ve yarısı nane hidrolatı olacak şekilde istifade edin.

Parazit

Üstad Bakıri'nin önerisi:

1. Akşam, iki üç yemek kaşığı çiğ kabak çekirdeği tüketin , sabahı tüm parazitler kurtlar vücuttan atılır.

2. Akşamları, bir diş sarımsağı rendeleyin ve bir bardak sıcak suya karıştırın ve için.

Üstad Hayrendiş'in önerisi:

1. Akşamları, bir bal kaşığı üzerlik otu tohumunu bir çay bardağı su ile birlikte yutun.

2. Bir çay kaşığı çörek otunu yavaşça çiğneyin.

İdrarın Tekrarı ve İdrarı Kontrol Edememe ve İdrar Enfeksiyonu

Bu hastalıklar mesane soğukluğundan kaynaklanır, tedavisi:

1. Karın altına 21 seansta kupa atın, bir gün arayla.

2. Kadınlar için bal vajinalı, 7 ile 14 merhale, temiz olduklarında (10 cc)

3. Dusin yiyin, günde üç bal kaşığı (sekiz saatte bir)

4. Karın altını ve böbrekleri çörek otu yağıyla yağlayın.

5. Sıcak gıdalar tüketin, özellikle de tahin-üzüm pekmezi

UYARI: Çörek otunu öğüttükten sonra vakit kaybetmeden bal ile karıştırın yoksa zehir üretir.

UYARI: Böbrek, rutubetlerin geçiş yeridir, eğer böbreklerin sıcaklığı belli bir ölçüde olursa herhangi bir zarardan korunmuş olur. İdrarı tutma da böbrekler için oldukça zararlıdır. Çocukluktan itibaren bir şal alın ve böbreklere bağlayın. Böbrek hastalıkların hızı o kadar yüksektir ki sağlık bakanı şöyle diyordu: “On yıl sonra, hastane yataklarının tümünü böbrek hastalarına ihtisas etmemiz gerekecek.” Buzlu su ve soğuk gıdalar içten ve dıştan böbrekler için zararlıdır.

İshal Çeşitleri

Soğuk İshal

Soğuk ishal, midenin aşırı soğumasından dolayı sindirilmemiş besinin dışarı atılmasıdır. Bu atık, olabildiğince pis kokulu olup sıvı-sulu bir haldedir. Zira ishal nedeniyle fazlaca su dışarı atılır, bu yüzden de tehlikeli sayılır, tedavisi şöyledir:

Bir yemek kaşığı bal, bir bal kaşığı sinirli otu tohumu ve bir bardak nane hidrolatı (Her 4 ya da 6 saatte bir içiniz). Bu karışım kolera ishalini (kolera ishali, soğuk ishalin zirvesidir) de tedavi eder. (Bal yiyenler, koleraya yakalanmazlar.)

Sıcak İshal

Bu şu demek oluyor ki mide çalışıyor ve sıcak seyreltik besin vücuttan dışarı atılıyor. Çok sıcak gıdaları yediğinizde sıcak ishal gözlemlenir. Tedavisi şöyledir:

1. Sıcak mizaçlı gıdaları yemeyi iptal edin.

2. Yoğurt yiyin.

3. Ayran için.

Kanlı İshal

Bir miktar kaya şekerini/nöbet şekerini (Farsçası; nabat) eritin, iki ile üç yemek kaşığı sinirli otu ilave edin, birkaç dakika sonra su ile karıştırın ve kaynamasını bekleyin. On dakika orta ateşte kaynadıktan sonra kullanabilirsiniz. (Her altı saatte bir, bir çay bardağı kadar içiniz.)

İstemdışı Gaz ve Dışkı Atılması

Bağırsakların soğukluğundan kaynaklanır, tedavisi şöyledir:

1. Bel bölgesini çörek otu yağıyla yağlayın.

2. Sıcak gıdalar tüketin.

3. Aç karnına bal yiyin.

4. Bir yemek kaşığı üzerlik otu touhumunu bir bardak su ile yutun.

İdrar Yollarında Yanma

Aşırı safradan kaynaklanır ve safra yüksekliği kanamaya yol açacak kadar yüksek olabilir. Ayrıca bağırsak yanması makat kanamasına yol açacak kadar aşırı derecede görülebilir. Tedavisi şöyledir:

1. Sirkencübin içiniz.

2. Soğuk gıdalar yiyiniz.

3. Dusin yiyiniz.

4. Genel hacamat

5. Sakral hacamatı

6. Karın altını gül yağıyla yağlayın.

UYARI: Vücudu sıcak etmek, soğuk etmeye göre daha zordur.

Kabızlık

Bebeklerde görülen kabızlık ya bebek mamasından kaynaklanır, bu tür kabızlığın tedavisi terengebindir ve göbek bölgesine kupa terapi uygulamak da faydalıdır ya da annenin kendisi kabızdır ve bebeğine de geçmiştir ve annenin tedavi edilmesi gerekir.

Üç tür kabızlık var: Hafif, ağır ve kronik

1. Hafif kabızlığın tedavisi:

(Dışkılama her iki üç günde bir kere gerçekleşir.) Bu tür kabızlığın tedavisi süpürge otu tohumudur. Süpürge otu tohumu; sıcak ve yaş ve sevda gidericidir. Sabah akşam olmak üzere bir su bardağı sıcak su ve iki yemek kaşığı süpürge otu tohumunu karıştırıp için. Sıcak su süpürge otu tohumunun gücünü artırır. Süpürge otu tohumu, sıcak su ile sıcak, soğuk su ile soğuk olur ve çeşitli mizaçlarla uyumluluk gösterir.

UYARI: Kabızlığı gidermek için süpürge otu tohumu kesinlikle sıcak su ile içilmelidir, aksi halde herhangi bir etkisi olmaz.

2. Ağır Kabızlığın Tedavisi:

(Dışkılama aralığı üç günden fazladır.) Tedavisinde üç aşama izlenir:

1. Beslenmenin düzenlenmesi ve sıcak gıdaların tüketilmesi.

2. Yumuşatıcı gıdaların tüketilmesi; incir, zeytin yağı ve süpürge otu tohumu gibi.

3. Müshil kullanımı, örnek olarak (Isparta gülü + sinameki yaprağı). Her birinden iki çay kaşığı alın ve bir buçuk su bardağı kaynamış suya ekleyin, yirmi dakika demlenmesini bekleyin ve hafif bir kahvaltıdan bir saat sonra kadar için. Müshil kullanımın süresi yumuşatıcıların kullanımına başladıktan sonra 7-14 gündür. İshalin şiddetini artırmak için ısparta gülü ve sinameki yaprağına ek olarak tatlı badem yağı ekleyin ama aloe vera (sarı sabır) müshil olması açısından sinameki yaprağından oldukça kuvvetlidir. Müshilde amaç, arınma ve ehlatın dışarı atılmasıdır. Sinameki yaprağı tek başına, bağırsak duvarını aşındırıp kanamaya sebep olur. Eğer bu tedavi yanıt vermezse, iki katını iki gün sonra verin, Müshilin verilmesi, bir iki kereliğinedir, daha fazlası hatadır ve bedenin güçsüz düşmesine neden olur ve yanıt vermediği takdirde, gayet açıktır ki kabızlığın tipi kroniktir yani madde bağırsakta kurumuştur ve bağırsak duvarına yapışmıştır.

UYARI: Müshil kullanıktan sonra uyumayın zira sindirim sistemi dinlenme evresindedir ve uyku halinde istenilen etkiyi de göstermeyecektir.

UYARI: Sinameki yaprağının tekrar tekrar kullanımı bunalıma/depresyona sebebiyet verdiğinden düzenleyici ile birlikte alınması gerekir, o da ısparta gülü ve tatlı badem yağıdır.

4. Kronik Kabızlığın Tedavisi:

(Ağır bir kabızlık süreci olup, birkaç seneye dayanır.) Bu durumlarda müshil kullanılmamalıdır zira müshil, bağırsakta kalan az miktarda suyu da dışarı attığından dışkı öncesine göre daha da kuruyup bağırsak duvarına yapışır bu yüzden ağır ve kronik kabızlıkta hafif kabızlık tedavisi izlenir ve eşzamanlı olarak hukneden yardım alınır (bir su bardağı zeytin yağı + üç su bardağı su) ya da kelle paça suyu ki kelle paça suyu rutubeti artırır ve maddenin dışarı atılmasını sağlar (İki hafta boyunca günde bir kez) iki hafta sonra dışkılamanın normale dönmesiyle tedavinin tamamlanması için müshil verilir.

UYARI: Genel olarak soğuk gıdalar kabızlık yapıcı özellikteyken sıcak gıdalar ise ishal yapıcı özelliktedir ama nane istisnadır yani kabızlığa neden olur ve yumuşaklık vermek istiyorsak yedi adet inciri ıslatın ve yarım saat sonra bu şerbeti içsin, kemik erimesi için de oldukça etkilidir ve bundan daha yumuşatıcı tatlı badem yağıdır ki hem yumuşatıcıtır hem gıdadır hem de müshildir.

Ameliyata hazırlanan çok şiddetli kabızlıklarda, abghoosht ya da kelle paça suyu huknesi iyi yanıt verir. Kadınlarda öncelikle enfeksiyon giderilmelidir. İki hafta süresince kliniğe başvuran kadınların hepsinde enfeksiyon gözlemlendi ama uzman doktorların yüzde ellisi herhangi bir sorunlarının olmadığını söylediler.

Müshile Engel Olan Durumlar

1. 14 yaş altı

2. Bağırsak ve mide yarası

3. Mide güçsüzlüğü

4. Hemoroid/Basur

5. Önceki müshille arada iki günden az süre olması

6. Bağırsak tıkanıklığı

7. Zayıf kimseler

8. Demevi mizaçlar (Kanın yoğunluğuna neden olur)

9. Fasd yapıldıktan birkaç gün sonra

10. Güçsüz ve yaşlı kimseler

11. Sütveren ve hamile kadınlar (Sütveren annelerin çocuğunda ishale neden olur.)

UYARI: İleri yaştaki kimseler için kusma iyi bir yöntemdir.

UYARI: Eğer ateşlenmenin sebebi, mizacın çalışmaması ise müshil vermek ateşin düşmesine yardımcı olur.

UYARI: Müshilden sonra cinsel ilişki ve soğuk su içme yasaktır.

Hemoroid/Basur Tedavisi

1. Öncelikle genel hacamat yapılır sonra üç litre suyu 50 gr sumak + yarım kilo nar kabuğu + 50 gr mazıyı alın kaynatın ve süzün ve büyük bir kaba boşaltın ve bir su bardağı sirke ekleyin, her akşam 20 dakika içinde oturun ve eğer şiddetli olursa sabah akşam her defasında bir su bardağı sirke ekleyin zira sirke uçucu yapıdadır (7 gün boyunca). Eğer yanıt vermezse sülük atın.

2. Kabızlık giderildikten sonra, öncelikle genel hacamat sonra sakral hacamatı yapın ve eğer yeterli olmazsa hemeroid bölgesine bölgesel hacamat yapın veya beş sülük ile başlayın bir sonraki merhalede de yedi tane atın.

NOT: On yedinci bölüm burada sonlanmıştır, bir sonraki bölümde "Beyin ve Sinir Hastalıkları" işlenecektir.

Mizacını Tanı Kitabı (On Sekizinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Sekizinci Bölüm)

20 Ocak 2018

Beyin ve Sinir Hastalıkları

Beyni Güçlendirici ve Unutkanlık Tedavisi

1. Sinüziti varsa tedavi ettirsin.

2. Kuru ve sıcak gıdaların tüketilmesi (aşırıya kaçmama şartıyla)

3. Sirkencübin (akşamları bir bardak)

4. Taşlık arazide yürüyüş

5. Üzerlik otu tohumu yutsun. (Akşamları bir yemek kaşığı)

6. İmkan ölçüsünde cep telefonu, bilgisayar, laptop ve televizyondan uzak durun.

7. Hazreti Ali karışımını kullanın.

8. Günde bir yemek kaşığı kadar kuruyemiş (badem, ceviz, antep fıstığı, fındık) yiyin.

9. Sabah aç karnına 21 adet “kuru iri kara üzüm” yiyin.

10. Mercanköşk + lavanta + bal karışımından sabah akşam bir su bardağı kadar için

11. Doğal kokular koklayın.

12. Spor (yarım saat)

13. Baş masajı

14. Banyoda arındırıcı kullanın; sirke ve üstübeç (Farsçası; sefidab) kullanın.

15. Akşamları bıngıldağı çörek otu yağıyla yağlayın.

16. Sabah ezanı ile güneşin doğuşu saatleri arasında uyumayın.

17. Kadınlarda saç uzunluğu, unutkanlık tedavisinde yardımcı olur.

Hafızayı güçlendirme ve unutkanlık tedavisi için Hazreti Ali'den şöyle rivayet olunur:

Bir kimse safrandan bir ölçek ve topalaktan bir ölçek alır ve bir ölçek bal ilave ederse ve her gün iki miskal (bir çay kaşığı) bu karışımdan yerse, hafızanın şiddetinden sihirbaz olmasından korkulur.

Bu karışım Üstad Hayrendiş'e göre unutkanlık tedavisi ve hafızayı güçlendirmede en iyi ilaçtır.

UYARI: Beynin en iyi süpürgesi, mercanköşk ve lavantadır.

Meniere Hastalığı (periyodik baş dönmesi)

Bu hastalık başın soğuk olmasından kaynaklanır ve tedavi süresi 40 günden 120 güne değişir.

1. Sıcak koku koklayın (Sümbülteber, Yasemin, Isparta gülü) uykudan önce.

2. Bıngıldağı akşamları susam yağıyla yağlayın (14 ile 40 gün)

3. Haftada iki ya da üç öğün badem fesencanı yiyin (yarısı badem (14 adet) yarısı ceviz)

4. Kürek kemiği kupa terapisi, birgün arayla 14 aşama.

5. Eğer hasta kadınsa günde bir su bardağı rezene hidrolatı içsin (120 güne kadar)

6. Ciddi manada soğuk mizaçlı gıdalardan kaçınsın özellikle süt ürünleri, domates ve salatalık

7. Haftada iki ile üç kez kahvaltıda üzüm pekmezi tahin yesin.

UYARI: Baş dönmesi halinde, kupa terapi oldukça yardımcı olacaktır.

UYARI: Yukarıdaki maddelere vücudun tabiatı sıcak olana kadar uyun.

Psikolojik Şok/Travma Tedavisi

1. Isparta gülü kokusu koklayın.

2. Üzerlik otu tütsünü günde bir ya da iki kez

3. Üzerlik otu yutun.

Baş Ağrısı Türleri ve Tedavisi

Geleneksel tıpta, baş ağrıları genel olarak iki ana başlıkta incelenir

1. Sıcak baş ağrısı

2. Soğuk baş ağrısı

Sıcak baş ağrısı: Safravi ve demeviler

Soğuk baş ağrısı: Balgami ve sevdaviler

Safravi Baş Ağrısı

Bu tür baş ağrısının belirtileri şunlar:

1. Ağrı, alından ve başın ön kısmından ve gözlerden ve ağrı girmesiyle meydana gelir ve ağrı giren yerde de kalıp geçmeyebilir veya iki üç süresince peyderpey de ağrıyabilir ve tüm başı kapsayabilir.

2. Bu durumlarda baş ağrısı sıklıkla görülür: Sinirlilik anında (zira sinirlilik safra üretir), aşırı sıcaklıkta, koku, parfüm kokusunda ve seste görülebilir (zira harareti artırır ama demevi ve balgami baş ağrıları sesle ağrı şiddetlenmez.) Yemek yeme, uykusuzluk (zira kuruluğu artırır) aşırı yeme, kabızlık, fikir, dikkat, odaklanmak, yükseklik, dolunay günleri.

3. Genellikle erkeklerde görülür.

4. Safradan kaynaklı sevdadan ötürü olabilir.

Acil Tedavisi

1. Baş ağrısı sırasında sirke koklayın.

2. El ve ayağı soğutun, yürüyüş ve cinsel boşalma (zira baştaki odaklanmış sevdayı boşaltır) ve açlık, müshil ve sorunları kafaya takmayın rahat olun, böylece baş ağrısı yatışabilir çünkü hılt yer değiştirir.

3. Limon suyu ya da turunç suyu için.

Asıl Tedavi:

1. Banyoda başı soğuk gıdalarla yıkayın; sirke ve koruk suyu gibi.

2. Menekşe yağıyla başı yağlayın (bir hafta), baştaki kuru hıltın yumuşamasına neden olur.

3. Ayak ve kulak masajı.

4. Sirkencübin ve orta halli her türlü soğuk gıdayı kırk gün boyunca yiyin.

5. Günde bir adet ekşi nar yemek sevdayı tedavi eder.

6. Aksırtıcı ilaç kullanın ki böylece beyne baskı uygular ve beyinde çökelen balgam ve sevdanın yer değiştirmesini sağlayıp boşaltılmasına yardımcı olur.

7. Yukarıdaki maddeleri uygulamaya başladıktan iki hafta sonra genel hacamat yaptırın.

Demevi Baş Ağrısı

Bu tür baş ağrısının belirtlileri şunlar:

1. Ağrı alından ve başın ön kısmından başlar ve başta ağırlık ve yüzün ve gözlerin kızarması, şakaklarda nabzın atmasıyla kendisini gösterir ve tüm başa yayılır.

2. Şu durumlarda baş ağrısı şiddetlenir: Sıcaklık, sıcak kokular, aşırı yeme, kabızlık, fikir, dikkat ve odaklanmak, yükseklik, sinirlilik, dolunay günleri.

3. Erkeklerde daha sık görülür.

Tedavi:

1. Ayda bir kez olmak üzere iki kez genel hacamat. Eğer baş ağrısının şiddeti fazlaysa, genel hacamatı üç kez yaptırın.

2. Hacamatlardan iki hafta sonra, baş hacamatı bir kez yapılsın. Genel hacamatın, kameri ayın 17. 19. 21. günleri yapılması en iyisidir.

3. Banyodayken başı soğuk mizaçlı gıdalarla yıkayın; sirke ve koruk suyu gibi.

4. Kulağı yağlama, hem soğuk hem de sıcak baş ağrıları için yatıştırıcı olabilir.

5. Yürüyüş

6. Cinsel boşalma.

7. Açlık

8. Müshil kullanımı

9. Kafanıza bir şeyi takmayın, rahat olun.

Eğer bunlara rağmen iyileşmezse, tümörün varlığına şüphe duyulmalı.

Safravi ve demevi (kan) baş ağrılarında burun kanaması görülebilir. Böyle bir kanamanın olması iyidir ancak aşırıya kaçarsa ve halsizlik doğurursa, önlemi alınmalıdır. İlk olarak başa soğuk su dökün ve eğer durmazsa aşağıdaki karışımı uygulayın:

2 ölçek öğütülmüş günlük + 5 ölçek balı nohut büyüklüğünce alın ve burnun içine koyun.

Eğer demevi baş ağrısında başa soğuk su döktüğünüzde durursa artık tekrar etmez ama soğuk su dem-in sevdaya dönmesine neden olur ve kılcal damarlarda kalmasına yol açar ve sonrasında sevdavi baş ağrısına çevirebilir.

Bu tür baş ağrısı sıcak ve kuru oldukları için daha çok İran ve Amerika'da görülür.

Balgami Baş Ağrısı

Bu tür baş ağrısının belirtileri şunlardır:

1. Ağrı genellikle boyundan ve başın arkasından başlar.

2. Şu durumlarda baş ağrısı şiddetlenir: Cinsellik anında, periyot döneminde, soğukluk, aşırı uyku, sinirlilik, sıkıntı, stres, soğuk kokular; benzin, mazot ve tuvalet gibi, güçsüz düşürücü faktörler; açlık ve susuzluk gibi.

3. Bazı zamanlarda bulantıyla birlikte görülür.

4. Soğukluk çağında görülür.

5. Kadınlarda daha sık görülür.

Tedavi:

Tedavi 40 -120 gün arası sürebilir.

1. Soğuk gıdaları azaltın ya da tamamen iptal edin, özellikle de akşamları latif aş ve sıcak şeyler yiyin; koyun eti, bal gibi.

2. Kürek kemiği sıcak hacamatı (kupa terapi), 21 kez, bir gün arayla (Her kürek kemiği için 4 bardak/kupa yerleştirilmesi gerekir.)

3. Kahvaltılarda hafta boyunca 5 kez olmak üzere üzüm pekmezi ve tahin yiyin.

4. Sıcak kokular koklayın (Akşamları uyumak istediğinizde burnunuzun ön kısmına sürün)

5. Bıngıldağı susam yağıyla yağlayın.

6. Tatlı nar yiyin ki sevdayı tedavi eder ama balgamdan kaynaklanan sevda ve sevdadan kaynaklanan sevda için bir miktar bal ya da tuzu nara ilave edin (günde bir adet, kırk gün boyunca)

7. Terlemek

8. Baş ve ayak masajı (Masaj sıcak olanlarda sıcaklık atılmasına neden olur ama bunlar için balgamın deme dönüşmesinde yardımcı olur.)

9. Sıcak gıdalar yiyin, bunların en iyisi de tahin pekmez ya da baldır.

10. Aşırı yemekten kaçının; aşırı yemek yeme baştaki safranın sindirim için mideye doğru kaymasına ve sonuç itibariyle de baş ağrısına neden olur.

11. Badem yiyin (günde 14 adet)

12. Baş ağrısı kadınlarda görülüyorsa; bir su bardağı rezene hidrolatına bal karıştırıp içsinler.

13. Yeteri miktarda uyku.

Sevdavi Baş Ağrısı

Bu tür baş ağrısının belirtileri şunlar:

1. Bu tür baş ağrısı genelde tüm başı kapsar ve olur olmaz sebeplerle ortaya çıkar ve şahıs ışığa, sese hassas olur, karanlığı sever.

2. Şu durumlarda baş ağrısının şiddeti artar: Kalabalık ve trafik, tuvalet, mazot ve benzin kokusu, kız çocuğuna gebe olan kadınlar, güçsüz düşürücü faktörler; açlık ve susuzluk gibi, sinirlilik, sıkıntı, stres (sıcak olanların sinirli oluşu saldırma ve vurup kırma olarak kendini gösterir ancak bu tür sinirlilikte kendi kendini yeme, bağırıp çağırma kendi başına vurma gibi dışavurumları vardır. Cinsel aktivitee ara verme (ama cinsel ilişkilerde faalken ilk olarak baş ağrısı çeker sonrasında boşalmanın da etkisiyle ağrı yatışır zira cinsel maddenin başta birikimi kronik baş ağrısına ve hayal kurmaya neden olur. Cinsel ilişki esnasında, regl döneminde (regl baştaki kuruluğu artırır) hatta reglden iki üç gün öncesinde baş ağrısı oluşur, çok ya da az uyku durumunda (az uykuda yorgunluk soğukluğa ve aşırı uykuda da soğukluğun artışına neden olur), hava kirliliği.

3. Burun akıntısı anında baş ağrısı yatışır.

4. Bu tür baş ağrısı, çağımızda kadınlar ve erkeklerde yaygındır.

5. Soğukluk çağında görülür.

6. Bu tür baş ağrısının bir tarafı safradır ve diğer tarafı da çökelmiş ağrıdır ve diğer tarafı da başta kalan ve kuruyan ve sevdaya dönen cinsel salgılardır ve işte bunlar kötü fikirlere sebep olur.

Tedavi:

Sevdavi baş ağrıları tedavi için genelde 4 ile 6 ay kadar bir süreye ihtiyaç duyar.

1. Berberis sirkencübini (bir ya da iki öğün)

2. Aşırı yemekten kaçının ve latif olan sıcak ve yaş gıdalar yiyin; koyun eti ve bal gibi.

3. Badem yiyin. (Günde 14 adet)

4. Baş ve ayak masajı

5. Koşu ve taşlı zeminde yürüyüş

6. Sert tarakla saçları tarayın.

7. Kürek kemiğine sıcak kupa terapi yapın, 21 kez, bir gün arayla. (her kürek kemiği için 4 adet kupa yerleştirin.)

8. İki kez hacamat yaptırın, ayda bir kez.

9. Üçüncü ayda baş hacamatı yaptırın.

10. Dördüncü ayda kulak arkası hacamat yaptırın.

11. Aksırtıcı kullanın (günde bir kez)

12. Her gün, kırk gün boyunca “nazil” damlasından bir damla burna damlatın.

13. Sevda yapan gıdaları yemeyin; patlıcan, salam, sosis, acı baharatlar, inek ve dana eti, yeşil ve siyah çay, kahve ve üçü bir arada, kızartma, sigara ve nargile gibi.

Eğer yukarıdaki direktifleri uygulamanıza rağmen ağrı geçmediyse, tümör olma ihtimali vardır.

UYARI: Baş ağrısı kuruluktan meydana gelir ve doğal rutubet halinde baş ağrısı görülmez ama bir tür kavrayamama ve baş ağırlığı vardır ve bu yüzden çocuklarda ve kızlarda baş ağrısı çok seyrek rastlanır zira rutubetleri vardır.

Baş Tümörünün Tedavisi

1. Nazil damlası kullanın. (1-3 damla bir burna damlatın, akşamları.)

2. Aksırtıcı ilaç (günde bir kez)

3. Kediotu + lavanta demleyin ya da lavanta usaresi kullanın (sabah akşam bir kaşık)

4. Kürek kemiğine sıcak hacamat yapın (kupa terapi), bir gün arayla.

5. Tuzlu ballı suyu burnunuza çekin (sabah akşam)

6. Dusin yiyin (3 öğün)

7. Sirkencübin (İki saatte bir)

8. Dişi eşek dışkısının tütsüsü (Kuruluk sağladığından dolayı acil durumlarda kullanılsın ve kuru oluşundan ötürü sinüzitler için kullanılmasın.) Dişi eşek dışkısının alternatifi/karşılığı sığırkuyruğudur ki tütsü şekli kullanılır.

Sıcak Migren Tedavisi

Eğer ağrı alından başlarsa bu migren sıcak migrendir, tedavisi şöyledir:

1. Üç seans genel/sırt hacamat (ayda bir kez)

2. En son yapılan hacamattan iki hafta sonra, bir seans baş hacamatı

3. Ağrı anında sirke koklamak

4. Alna sirke sürmek

5. Günde bir kez aksırtıcı ilaç kullanımı.

6. Eğer hacamatlar yeterli gelmezse kulak arkası hacamat yapılır.

7. Başı on beş dakikalığına sirkeyle yıkamak

8. Sabah akşam bir çay kaşığı dusin yiyin. (Zira çoğu baş ağrısı damar kasılmasından kaynaklanır ve beyne kan iletimine engel olur.)

Soğuk Migren Tedavisi

Eğer baş ağrısı başın arka kısmından başlarsa ve ağırlık hissedilirse, bu baş ağrısı soğuktur ki periyot döneminde, yorgunken ve soğuk gıdalar yediğinizde, aşırı uyku ve soğuk havalarda ağrı şiddetlenir ve bulantıyla birlikte görülür, bu baş ağrısının tedavisi şöyledir:

1. Keçeden imal edilen şapka giymek ya da tuz şapkası giymek (kumaşı şapka şeklinde dilin ve ağ şeklinde yapın ve içini tuzla doldurun.

2. Susam ya da çörek otu yağıyla bıngıldağı yağlayın.

3. Ballı safran demleyin.

4. Kürek kemiğine kupa terapi uygulayın. (7 ile 14 kez)

5. Bir bal kaşığı dusin yiyin. (sabah akşam)

6. Nazil burun damlası kullanın.

7. Sıcak gıdalar tüketin.

8. Akşamları bir kırmızı elmayı rendeleyin, sonra bal ve taze limonsuyu ilave edip yiyin.

9. Tedavi süresi kırk gündür.

UYARI: Omuzlar tüm üst ekstremiteyi sıcak eder, bıngıldak ise başı sıcak eder.

UYARI: Şapka baş için olmazsa olmazlardandır.

UYARI: Ketçap ve mayonez tüketimi, çoğu baş ağrısının nedenidir.

Baş Nezlesi Tedavisi

1. Bıngıldağı çörek otu yağıyla yağlayın (üç kez)

2. Günde bir kez aksırtıcı ilaç kullanın.

3. Nazil damlası.

Patlamanın Yaydığı Dalga Sonucu Etkilenen Savaş Gazileri İçin Tedavi

Bu kişilerde dalganın baskısı kanlarının sıkışmasına neden olur ve sıkışan bu kanı olgunlaştırıp dışarı atmalıyız ve bazen kötü hatıralarla birliktedir ve bu yüzden bağırıp feryat ederler zira kan hücreleri söz konusu bu dalgaları taşımaktadır ve başta canlanır. Klasik tıp bu hücreleri zuhur etmemesi için kurutuyor ama geleneksel tıp ilk olarak olgunlaştırıp yumuşatıyor ve böylece genişleme oluşuyor ve yer değiştiriyor ve sonra müshil vererek dışarı atıyor; bu müshilin bir aşaması yiyecek türündendir, bir aşaması davranışsaldır, bir aşaması hacamattır, bir aşaması masaj ve bir aşaması da küçük damarlardan sevdanın dışarı atılmasıdır ki sevdayı yüzey damarlardan yumuşatarak dışarı atmak, başa ve derinde yer alan damarlara on dört adet sülük terapi ve enfiye ile mümkündür. İlk etapta nazil damlası kullanılmalıdır ki bu damla sinüslerde genişlemeye neden olur ve sonra sinüslerin boşalması için aksırtıcı ilaç verilmelidir (günde bir kez) ve diğer aşamada “sesli sevda sökücü” verilmelidir; ağlamak ve şarkı söylemek gibi.

Sinir Bozukluğu Tedavisi

1. Üstad Hayrendiş’in Reçetesi:

Sinirleri bozuk olan biri sigaraya sığınıyorsa eğer bu rahatsızlık soğukluktan kaynaklanır zira sigara kısa süreli sıcaklığa neden olur, tedavisi şöyledir:

1. Sıcak gıdalar yiyin.

2. Isparta gülü kokusu koklayın.

3. Ballı rezene hidrolatı (kadınlar için)

4. Tahin pekmez (kahvaltı için)

5. Bir bal kaşığı limon otu (muhtemelen tohum kısmıdır, ancak kitapta geçmiyor) + bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatı (akşamları)

6. Erken uyusun ve erken uyansın

7. Kedi otu + lavanta + bal çayı için.

8. Beyni güçlendirmek için günde 14 adet bademi 40 – 120 gün süreyle yiyin.

9. Uyumak istediğinizde nergis çiçeği kokusu koklayın.

2. Üstad Bakıri'nin Sinir Desteği Üzerine Reçetesi (oldukça tecrübeli)

Bir miskal kedi otu + bir miskal engerek otu + iki miskal kurutulmuş misket limonu* + sekiz çay bardağı su. Malzemeleri çaydanlığa boşaltın ve sekiz çay bardağı sudan altı çay bardağı kalana kadar kaynatın ve hazırladığınız içeceği kaya şekeri (Farsçası; nabat) ya da balla karıştırıp sabah üç çay bardağı akşam da üç çay bardağı içiniz. İhtiyacınıza göre bir hafta ya da daha fazla süre devam edin, mucize sonuçlar elde edeceksiniz.

*Misket limonunun kurutulmuş şekli İran'da oldukça yaygındır ve çeşni olarak ekşi tat vermesi için yemeklerde sıklıkla kullanırlar. Farsça'da "limo-i emani" olarak geçer. Bu arada Farsça'da limon "limo" demektir. İki tür limonları vardır; ekşi ve tatlı. Tatlı limonları meyve olarak tüketilir. Satın alırken, "limo" dediğinizde ekşi (turş) mi tatlı (şirin) mı olduğunu belirtmelisiniz. Elbette ekşi limonları da çeşit çeşittir. Misket limon kullanımı epey yaygındır.

Acil Rahatlamak/Sakinleşmek İçin İlaç (oldukça tecrübeli):

Badem (50 gram) + bal (üç yemek kaşığı) + soğuk su (4 su bardağı). Bademi önceden suda ıslatın ve kabuklarından ayırın sonra kabuksuz bademleri bal ve suyla karıştırın ve beş dakikalığına blenderde süte benzer karışım elde edene kadar karıştırın. Günde bir su bardağı ya da daha fazla içilebilir.

UYARI: Neşeli ve enerjik olmak istiyorsanız daima portakal çiçeği içeceği için ve gülüp eğlenmek içinse safran demleyip için.

UYARI: Kimyasal ilaçları yavaş yavaş kırk günden sonra, 120 gün içinde tamamen kesin.

UYARI: Neşelendiren gıdalar: Nohut, safran, hurma, kenevir.

Tütsülerden: Üzerlik tütsüsü, nergis çiçeği kokusu, gül kokusu, tütsü dumanı

Safravi Cinnet

Bu hastalık beyinde safranın kurumasından kaynaklanır ve safra kuruduğundan dolayı geç tedavi olunur. Tedavisi şöyledir:

1. Buruk tatlar yiyin ve orta halli soğuk gıdalar.

2. Başı sirkeyle yıkayın.

3. Soğuk mizaçlı sirkencübin, her dört saatte bir kez.

4. Bir ay arayla iki kez hacamat yaptırın.

5. Baş hacamatı

6. Düzenli yürüyüş

7. Ayak altına kırbaçlayın/dövün.

Demevi Cinnet Tedavisi

Bu hastalıkta kişi sinirlilik anında güler, tedavisi şöyledir:

1. Genel hacamat, iki ya da üç kez, iki haftada bir.

2. Bir ay sonra baş hacamatı

3. Akşamları sirkencübin için.

4. Bir hafta sonra kulak arkası sülük atın.

5. İki hafta sonra tüm başa on dört adet sülük yerleştirin.

Balgami Cinnet

Böyle bir kimse delidir ama kendi başına vurur ve olumsuz şeyler söyler, tedavisi şöyledir:

1. Sıcak gıdalar yesin.

2. Ballı safran şerbeti (devamlı)

Kesintili Unutkanlık Tedavisi

Kimi zaman bazı kimselerin adını unutmanız yanmış safradan dolayıdır ki kristalize olmuştur ve unutkanlık yapmıştır, tedavisi şöyledir:

1. Sirkencübin için.

2. Yürüyüş

3. Vaktinde uyuyun.

4. Haftada bir keaz başı sirkeyle yıkayın.

5. Aksırtıcı ilaç kullanın, günde bir kez.

Yaygın Unutkanlık Tedavisi

Yani bu unutkanlığa yakalanan biri her şeyi unutmuş demektir, tedavisi şöyledir:

1. Sıcak gıdalar yiyin.

2. Gül kokusu koklayın.

3. Bıngıldağı susam yağıyla yağlayın.

Takıntılık Tedavisi (Obsesif Kompulsif Bozukluk)

Günde bir ya da üç adet nar yiyin.

Fikirsel Takıntılılık Tedavisi

1. Sirkencübin için.

2. Yürüyüş yapın.

3. Terleyene dek koşun.

4. İki seans genel hacamat yaptırın.

5. İkinci hacamatı yaptıktan iki hafta sonra, bir seanslığına baş hacamatı yaptırın.

Beyin Krizi (İnme) ve Trombosit Yüksekliği İçin Tedavi

1. Ballı deve beyni karışımı yiyin, günde bir kaşık.

2. Kürek kemiğine sıcak kupa terapi uygulayın.

3. Bal şerbeti içiniz.

4. Soğuk mizaçlı gıdalardan uzak durun.

5. Ayak altına masaj uygulayın.

6. Aksırtıcı ilaç kullanın, günde bir kez.

7. Bıngıldağı susam ya da çörek otu yağıyla yağlayın.

8. Mastoid hacamatı yaptırın (kulak arkası)

9. Kulak arkasına sülük atın.

UYARI: Sülük, sonradan gelişecek yan etkileri önlemek ve tedavi için oldukça etkilidir.

Yüz Siniri Felci Tedavisi

Eğer hastalık yeni meydana geldiyse aşağıdaki tedavilerle iki üç güne kalmaz iyileşir, eğer kronik evredeyse tedavisi birkaç ay sürebilir.

1. Genel hacamat (bir kez)

2. Kürek kemiği kupa terapisi (yedi kez, bir gün arayla)

3. Baş masajı

4. Tutulan tarafın kulak arkası hacamatı

Sara Tedavisi

İki tür sara vardır: Sıcak sara ve soğuk sara.

Sıcak Sara:Bu tür sara hastalığında, kriz görüldüğünde; yüz, dudak, gözler kızarır ve baygınlık ve kendinden geçme meydana gelir.

Soğuk Sara:Bu durumda; soğukluk, gevşeme görülür ve kişinin yüzü soluk bir renk alır ve vücut savunması düşer. İran'daki sara hastalığının çoğu soğuk tip saradır. Bunların genel olarak tedavisi şöyledir:

1. Sıcak gıdalar tüketilir.

2. Haftada üç ya da beş kez üzüm pekmez tahin

3. Haftada üç kez zeytinyağlı buğday çorbası

4. Portakal çiçeği demleyin.

5. Bal yiyin.

6. Lavanta* (beynin süpürgesi de deniliyor) + kedi otu demledikten sonra bal ilave edip için ki beyindeki soğuk hıltı söküp atar ve bu karışımı sürekli içmelisiniz.

*Lavanta Farsça'da "ostohoddus" olarak geçer. Ancak İran'da kastedilen lavanta büyük ihtimalle Karabaş otudur. Zira Lavanta, Lavandula cinsinden olup kırka yakın türü vardır. Bir türü İngiliz lavantası olarak geçen Lavandula angustifolia'dır ki ülkemizde bilinen türüdür, diğer türü de

Lavandula stoechas olan Karabaş otudur. Prof. Ancak kendi deneyimimle belirtmem gerekirse, odaya hoş koku vermesi için yağını ve kurutulmuş şeklini kullandım, lavantanın o güzel ve keskin kokusuyla alakası yok, hiçbir kokusu yok aksine nahoş bir kokusu var. Yine uzmanlarına sorduktan sonra yer gelince net bir açıklama getiririm. Kısaca anlayacağınız lavanta ve karabaş otu aynı cinsten ancak türleri farklı.

7. Sıcak mizaçlı koku koklayın.

8. Bıngıldağı susam yağıyla yağlayın.

9. Tüm vücudu zeytinyağı ya da susam yağıyla yağlayın.

10. Eğer çok güçsüzse çörek otu yağı, ballı zencefil çayı ya da ballı tarçın çayı için. Eğer sıcaklığı artarsa koruk suyu ya da limonata verin ki karaciğeri serinlesin ve sıcaklık hissi duymasın.

11. Ayakların ön kısmını masaj yapın ki soğuk hıltın aşağı doğru inmesine neden olur ve kriz giderilmiş olur.

Havale* Tedavisi

1. Bıngıldağı susam yağıyla yağlayın.

2. Badem hariresi yiyin.

3. Uyumadan önce gül kokusu koklayın.

4. Ballı manna (Farsçası; gezencebin, gezangebin) şerbeti için.

*Kitapta “teşennüc” olarak geçer, teşennücün tıpta havale ya da konvülsiyon karşılığı vardır.

MS Tedavisi

İran’da 50.000 MS hastası var ama Hindistan’da MS hastalığı görülmez zira Hindistan halkı biber ve sıcak gıdaları çok tüketirler.

Bu hastalık, soğuk ve ilerleyicidir. Bu soğukluk bazen balgam kaynaklıysa da bazen de safra ve balgam kaynaklıdır. Soğukluk çökeldiğinde ve sevdaya dönüştüğüde, dönüşen madde kristalize olur, bu maddeye plak da denilir ki emar sonuçları plak şeklinde gösterir ve bu madde donan su gibidir, donduğunda genişler ve göz sinirlerine etki ederse, göz rahatsızlıkları meydana getirir, motor sinirlere etki ederse hareket sorunları meydana getirir. Bizim bu oluşan plağı eritmemiz gerekir ki bu iş kahvaltıda üzüm pekmezi tahin yemekle, hurma (günde 5 – 7 adet), bal şerbeti ve zencefil şerbetiyle mümkün hale gelir. Bu hastalığa yakalanmaya en elverişli olanlar en soğuk mizaçlı olanlardır. Kendi toplumumuzda tüm bedeni soğuk olan bir kısım soğuk MS var ve bir kısmı da sıcak ve soğuk MS hastasıdır ki üst ekstremiteleri sıcakken alt ekstremiteleri soğuktur ve bu tür kişilerin tedavisi sıcak gıdalar yemekle halledilir. Gıdalar aracılığıyla sıcaklık hastaların vücuduna işlediğinde ve sıcak olduklarında, bir sonraki merhalede sevda sökücü karışımlar veririz ki en iyi sevda sökücü sirkencebindir (sabah ve akşam), kısaca tedavi şöyledir:

1. Sıcak mizaçlı gıdalar tüketiniz.

2. Bıngıldağı susam ya da çörek otu yağıyla yağlayın.

3. Bel ve kürek kemiği sıcak kupa terapisi uygulayın (bir gün arayla)

4. Düzenli olarak baş masajı yapın

5. Sıcak gıdaları yesin, 2 – 4 ay: Sıcak hacamat – genel hacamat – sakral hacamatı – uç fasd – baş ayak masajı.

6. Sıcak MS safravi-balgamidir, tedavide karışım ilaçlar ve hacamat da verilir.

Yüz Tiki Tedavisi

1. Koku koklayın.

2. Fesencan yemeği (yarısı badem (14 adet) yarısı ceviz) haftada 2 – 3 kez.

3. Baş ayak masajı

4. Bir bal kaşığı limon otunu bir bardak portakal çiçeği hidrolatıyla karıştırıp için.

El Titremesi/Parkinson Tedavisi

Lavanta + kedi otu demleyip için.

Halsizlik Bitkinlik Tedavisi

Neşeli ve canlı olmak istiyorsanız portakal çiçeği içiniz ve eğer gülüp eğlenmek istiyorsanız safran* demleyip içiniz.

*Safran sizi güldürüp hatta kahkalara boğabilir.

Depresyon/Bunalım Çeşitleri

İmam Cafer Sadık şöyle buyurur: "Karaciğer, hüznün merkezidir."* O halde bunalıma giren, ruhsal rahatsızlığı olan, anksiyete (kaygı) bozukluğu ve stresi olan birinin böyle olmasının nedeni kötü beslenme sonucu karaciğerin kötü çalışmasıdır.

*Dipnotta geçen İmam Sadık'a dayanan hadis şöyledir: Akıl kalpten, sıkıntı karaciğerden, nefes akciğerden ve gülmek dalaktan meydana gelir.

Sevdavi Depresyon

Sevdavi depresyonun belirgin belirtileri:

Uykusuzluk, işlerde takıntılı olmak, inzivaya çekilmek, kişinin sevda mizaçlı olması, cilt renginin koyu olması ve görülen kabuslar. Tedavisi şöyledir:

1. Kırk gün boyunca 7 adet hurma yiyin.

2. Akşam yemeğinden bir saat sonra sirkencübin için (40 – 120 akşam)

3. Sıcak kokular koklayın; yasemin, nergis, gül, sümbülteber çiçeği, misk kokuları gibi ve akşamları burun önüne sürün. (40 – 120 akşam)

4. Bıngıldağı susam ya da zeytinyağıyla yağlayın (40 ile 120 akşam)

5. Akşamları bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatıyla bir bal kaşığı limon otunu (tohumu) karıştırın ve bal kattıktan sonra içiniz.

6. Safranı demledikten sonra bir yemek kaşığı bal ilavesiyle için (aç karnına)

7. Kahvaltıda üzüm pekmezi tahin yiyin, haftada 4 ya da 5 kez.

8. Sabahları 7 adet zeytin, akşamları 7 adet incir

9. Siyah iri kuru üzüm, günde 21 tane.

10. 14 adet bademi tek tek, sakız çiğner gibi yiyin.

11. Bademli fesencan yemeği (yarısı badem [14 adet] ve yarısı ceviz olmak üzere) akşam öğününde haftada 2 ya da 3 kez yiyiniz.

12. Soğuk gıdaları azaltınız özellikle de sevda yapıcı gıdaları.

13. Kürek kemiği kupa terapisi, 21 kez, bir gün arayla

14. Hekimin teşhisiyle bir ya da üç kez genel kameri ayın son on iki gününde genel hacamat yaptırın.

UYARI: 14 adet bademi bir bardak suyla birlikte blenderda iyice karıştırın ve iki yemek kaşığı bal ilave edin, iyice karıştıktan sonra yudum yudum içebilirsiniz.

Balgama Bağlı Depresyon

Balgam hıltından (salgı) dolayı görülen depresyonun belirtileri şunlar:

Aşırı uyku, kabus, halsizlik, şahsın balgam mizaçlı olması, çabuk alınma ve aşırı hassas olma ve çehre beyazlığı. Tedavisi:

1. Kırk gün boyunca 7 adet hurma yiyin.

2. Akşamları bir bal kaşığı üzerlik tohumunu bir çay bardağı su ile yutun (kırk akşam)

3. Sıcak mizaçlı kokular koklayın; yasemin, nergis, gül, sümbülteber, misk kokusu gibi ve akşamları burun önüne sürün.

4. Her akşam bıngıldağı çörek otu yağıyla yağlayın (40 – 120 gün arası)

5. Akşamları bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatı ile bir bal kaşığı limon otuna bal ilave ettikten sonra içiniz. (bir ay başladıktan sonra 80 akşam devam edin.)

6. Safran demledikten sonra bir bal kaşığı bal ilave edin ve aç karnına için (safranın portakal çiçeğine nazaran ferahlatıcı yönü daha fazladır özellikle de balla birlikte olursa)

7. Kahvaltılarda üzüm pekmezi tahin yiyin, haftada 4 -5 kez.

8. Sabahları 7 adet zeytin, akşamları 7 adet incir

9. İri siyah kuru üzüm, 21 adet.

10. 14 adet bademi teker teker yiyin, sakız gibi çiğnenmelidir.

11. Bademli fesencan (yarısı badem [14 adet] ve yarısı ceviz), akşam öğününde haftada 2 ya da 3 kez yiyiniz.

12. Soğuk gıdaları azaltın özellikle de balgam yapıcı olanları.

13. Kürek kemiğine kupa terapi uygulayın, 21 kez,bir gün arayla.

14. İkinci ayda akşamları nohut büyüklüğünde günlüğü çiğneyin (bir ay boyunca)

15. Hacamat kesinlikle geleneksel tıp uzmanının teşhisiyle yaptırılmalıdır.

UYARI: Alınganlık, fazla rutubetten kaynaklanır.

UYARI (çok önemli): İki tip depresyonda da eğer hastanın kabızlık sorunu varsa (5 ölçek tatlı badem yağı + 2 ölçek bal) karışımını sabah aç karnına bir yemek kaşığı kadar yiyiniz.

Doğum Sonrası Görülen Depresyon (denenmiş)

Genel olarak vücuttaki hormonların yükselmesi veya şiddetli azalmasından dolayı doğum sonrası annelerde depresyon gibi ruhsal problemler görülebilir. Tedavisi şöyledir:

Eşit ölçüde rezene, engerek otu, kedi otu, papatya, lavanta ve çarkıfeleği kaynatın ve günde üç kez olmak üzere bir su bardağı kadar içiniz. Bu ilaçla birlikte günde iki adet "limonsuyu mayası tableti" (aktarcılarda bulabilirsiniz) alın ve her öğünden sonra kullanın.

NOT: Beyin ve sinir hastalıkları burada sonlanmıştır. Haftaya inşallah "enfeksiyon hastalıkları"ndan devam edeceğiz, sağlıcakla kalın.

enes akar 04-12-2018

portakal çiçeğinden kasıt nergis çiçeği yada diğer adı aynı sefa bitkisi mi kast edilmektedir çünkü bugün gittiğim aktar portakal çiçeğinden kast edilen aynı sefadır dedi ve normal portakal çiçeğinin satılmadığını söyledi yardımcı olursanız memnun olurum.

Muhlasin 27-07-2018

Selamun Aleykum Behlül Bey

Kitabın önceki bölümlerinde açıklandığı için gerek duyulmadı. On beşinci bölümde, sirkencübin başlığı adı altında detaylıca açıklamasını bulabilirsiniz. Sağlıcakla kalınız

Behlül hemedan 26-07-2018

Sirkencübin nedir bazı şeyleri parantezle açıklasanız ne oldugunu bilmeyenler için

Muhlasin 11-06-2018

Selamlar Kenan Bey... Topalak otunun bilimsel adı, Farsça ve Türkçe makalelerde "Cyperus rotundus" olarak geçer. Cyperus rotundus da "topalak otu" anlamı taşır. Bizimbitkiler.org adresinde de aynı bilimsel ad "topalak" olarak geçer. Kısaca ad noktasında herhangi bir yanlışlık yok. Topalak'ın yumru kökleri kullanılır. Çok sert olduğu için kırılması ve toz haline getirilmesi epey zordur. İran'da toz şekli satılıyor. Ancak Türkiye'de satılanlar ne sertlikte pek bilmiyorum, toz haline getirmesi mümkün mü bilgim yok. Türkiye'deki aktarlarda "topalak otu" diye satılıyor. Sağlıcakla kalınız

Kenan Gürel 10-06-2018

Hocam topalak nedir ve ülkemizde nereden bulunabilir?

Mizacını Tanı Kitabı (On Dokuzuncu Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (On Dokuzuncu Bölüm)

29 Ocak 2018

Enfeksiyon Hastalıkları

Sinüzitin Kesin Çözümü

1. Çörek otu yağını aşağıdaki yöntemle burun içine damlatın:

İlk akşam, bir damla sağ kısma damlatın.

İkinci akşam, bir damla sol kısma damlatın.

Üçüncü akşam, iki damla sağ deliğe damlatın.

Dördüncü akşam, iki damla sol deliğe damlatın.

Beşinci akşam, Üç damla sağ deliğe damlatın.

Altıncı akşam üç damla sol kısma damlatın.

Altı günden sonra bir hafta süresince damla kullanmaya ara verin sonra tekrardan yukarıdaki yöntemi devam ettirin. Sonra dördüncü haftada her akşam iki bal kaşığı ılık su ile bir bal kaşığı balı karıştırın ve burna (iki deliğe de) çekin (istinşak).

UYARI: Bu süre zarfında alna nane esansı ya da çörek otu yağı sürmek iyidir.

UYARI: Çörek otu yağı kullanırken baş arkaya doğru olmalıdır ya da secde halinde olmalıdır.

UYARI: Damla sayısından kasıt, sinüslere ulaşan damla sayısıdır.

UYARI: Bu damlayı kullanırken yanma hissi duyabilirsiniz ve geniz arkasında hılt akmasını çoğaltır.

2. Bir bal kaşığı balı ve iki bal kaşığı suyu alın, iki damla kadar her burun deliğine damlatın ve iki dakika uzanır şekilde iki dakika da secde şeklinde yapın. 15 dakikadan sonra sıra burun mukozasını eczanelerde satılan arındırıcı serumla yıkamakta. Serumu kullandıktan beş dakika sonra dişi eşek dışkısı tütsüsü koklayın. 20 saniye hafif duman şeklinde, 20 saniye de yoğun olacak şekilde, dişi eşek dışkısı siyahlaşmadan bu işlemi devam ettirin.

Sağlık Önerileri ve Gıda Tüketim Kuralları

1. İki farklı hava geçişlerinden kaçının. (Soğuk havada, temiz bir kumaşı alın, burnunuzun ve ağzınızın önüne bırakın ki yavaş yavaş normale dönsün.)

2. Kirli havayı solumaktan kaçının, özellikle de sigara dumanı, egzoz dumanı, kirli toz kümesi, çöp kokusu gibi.

3. Sıcak ve soğuk şeyleri birlikte tüketmekten kaçının, özellikle buzlu su ki çok zararlıdır. Abdestin müstehaplarından sayılan burna su çekme (istinşak), temiz ağızla mazmaza yaptıktan (ağzı suyla çalkalamak) sonra (ki sıcak hale gelmiştir ve ağız suyu ile karışmıştır) avcunuza dökün, ve vakit kaybetmeden burnunuza çekin ki hem arındırır ve hem de mukozayı sağlıklı saklar.*

*Çeviride oynamamak için getirildi. Temiz ağız suyuyla istinşak edilmesine dikkat ediniz. Uygulaması kişinin kendisine kalmış bir şey.

4. Burundan temiz havayı derince soluma egzersizleri yapın, göğüste nefesi tutun ve sonra akciğerler boşalabildiği kadar yavaşça ağızla nefesinizi verin (karına doğru eğilmek, tam bir şekilde nefes vermeye yardımcı olur). Bu işlemi üç hafta boyunca, her saatte 15 nefes olacak şekilde devam ettirin. Sonrasında her saatte 5-6 nefes kısmen derin sayılacak şekilde sürdürün.

5. Nefes alma ne kadar uzun sürerse, ruh ve beden daha canlı ve daha sağlıklı olacaktır. Esneme, kır ve dağ yürüyüşü bu işlem üzerinde etkilidir.

6. Kendisiniz rüzgara maruz bırakmayın, eğer mecbur kalırsanız şapka ya da alın bandı kullanın.

7. Devindirici gıdaları tüketmekten kaçının; fesencan, gurme sebzi, sarımsak gibi.

8. Sıcak suyla en az on dakika banyo yapmak tavsiye edilmektedir.

9. Günde birkaç kez burun ve ağzınızı seyreltik ve sıcak tuzlu suyla (bir su bardağı su + yarım çay kaşığı tuz) gargara yapın ve arındırın.

10. Buzlu sudan kaçının sadece normal su için.

11. Okaliptusu suya boşaltın ve buhur yapın. (Okaliptusun yenmesi öldürücüdür.)

12. Motorsiklet ve bisiklete binmekten kaçının ve soğuk havada durmayın.

13. Sıcak sıvıları gündelik olarak tüketin (açık çay, çorba ve aş)

14. Ev dışında ağız maskesi kullanın.

Kuru Öksürük Tedavisi

5 ölçek tatlı badem yağını 2 ölçek bal ile tadımlayın, eğer akşam vakti öksürüğüyse önce sinüziti sonra kuru öksürüğü tedavi edin.

Öksürük İçin Bir Başka Tedavi

Bir adet soğanı bala bulayın ve yiyin (bu karışım, hılt sökücü ve yumuşatıcıdır).

Öksürük için Kuvvetli Bir Tedavi

Soğanın ortasını V şeklinde çıkarın ve balla doldurun ve bir kat tuz döktüğünüz tencereye koyun ve orta ateşte tuzla birlikte pişirin (akşamları bir adet). Bu reçeteyi normalde aşırı enfeksiyonlarından ötürü kimyasal zehirlenmeye maruz kalanlara veriyoruz.

Kadim Öksürük Tedavisi (oldukça tecrübeli)

Bir miktar meyan sapını (meyanın kendisi değil) ve kuru inciri ve keklik otunu (oregano) suda kaynatın ve üç gün süresince ihtiyacınıza göre her gün aç karnına bir su bardağı için, balla tatlandırabilirsiniz. İnanılmaz etkisini göreceksiniz. Şahsen kadim ve bir yıllık öksürüğüm için denedim, elhemdulillah bir günde iyileştim. Elbette bu ilaç mide rahatsızlıkları için de şaşırtıcı sonuçlar veriyor.

Gebe Kadınlarda Boğaz Ağrısı ve Soğuk Algınlığı Tedavisi (oldukça tecrübeli)

Bildiğiniz üzere gebe kadınların mümkün mertebe kimyasal ilaçlar kullanmaması gerekir; zira bebek için tehlikelidir, gebe kadında görülen soğuk algınlığı tedavisi için oldukça tecrübeli olan aşağıdaki bitkisel reçete tamamen zararsızdır:

1. Eşit ölçüde hatmi çiçeği, ebegümeci (malva), menekşe ve meyan kökünü demleyip her gün bir bardak için.

2. Kuşburnu çayı hem anne hem de bebek için yararlıdır. Eğer annenin tansiyonu düşerse balla birlikte içmesi iyidir.

3. Soğuk algınlığından kaynaklanan boğaz ağrısı için, kekik + yarpuzu kaynatın ve gargara yapın.

4. Sebzeli arpa çorbası çok faydalıdır.

Saç ve Cilt Hastalıkları

Cilt hastalıklarının çoğu, vücuttaki aşırı sevdadan kaynaklanır ki hem sistemik olarak hem de lokal olarak tedavi edilmesi gerekir.

En İyi Cilt Arındırıcıları

1. Sirke (Fabrikasyon üretimi sirke burada daha iyidir.)

2. Üstübeç (Sabunlandıktan sonra), vücuda sürülsün, 3 – 5 dakika kadar. Bu işlem göz altı siyahlıklarını da giderir ve uykusuzluğu giderir (uyku baştaki soğukluktan kaynaklanır, eğer soğukluk artarsa uyku artar eğer azalırsa uyku azalır ve beyinde kuruluk artarsa mutlak uykusuzluk meydana gelir.) Soğukluktan ötürü baş ağrısı görülürse koku koklayın.

3. Menekşe yağı: Akşam sürülsün ve banyoya gittiğiniz sabahısı sirkeyle yıkanın (tüm egzamalar, kaşıntılar ve cilt lekeleri sirkeyle yıkamakla tedavi olunur.)

Kurdeşen (Ürtiker) Tedavisi

1. Hünnap (Ziziphus)* + yoğurdun sürülmesi yararlıdır.

*Farsça'da "ennab", Osmanlıca'da "unnab" olarak da geçer. Arapça kökenlidir. Ayrıca Farsça'da "künar" olarak da geçer. Ancak Türkçe'deki "künar, güner" "çamfıstığı" anlamına gelir, bu açıdan fark etmektedir.

2. Berberis şerbeti, limon suyu şerbeti (limonata denilebilir), nar suyu içiniz.

3. Eğer hastalık bunlara rağmen devam ederse, hacamat yaptırınız.

Ciltteki ve Vücuttaki Kahverengi Lekeler (Sevdavi Lekeler)

1. Sirkengebin içiniz (akşamları uyumadan önce)

2. Market sirkesini bölge üzerine lif ya da keseyle sürün, 3 – 5 dakika kadar. Banyo yaparken üstübeç* ve kese kullanın.

*Üstübeç (Venetian Ceruse) eskiden yüz beyazlatıcı olarak kullanılan kozmetik bir ürün. Farklı çeşitleri var. Kalay (Farsça'da "Erziz" olarak da geçer), kurşun gibi. Kurşun çeşidi harici boyalarda kullanılır. Venetian Ceruse olarak geçen üstübeç tamamen doğal malzemeler içeren, hayvan omiriliği gibi, peeling tarzı bir üründür. İran'da aktarcılarda kolaylıkla bulunabilir.

3. 40 günden sonra ayda bir kez giderilene kadar genel hacamat yaptırın.

4. Üzerlik yağı sürün.

5. Tedavi süresi 40 – 120 gün arası değişir.

Vücut ve Cilt Aknesi Tedavisi

1. Soğuk gıdalar tüketin.

2. Buruk tatlar tüketin.

3. Sirkengebin içiniz.

4. Ekşi gıdalar tüketin.

5. Pekmez sirkesi tüketin.

6. Limon suyu şerbeti içiniz.

7. Günde 1 su bardağı Hindiba hidrolatı içiniz.

8. İki ya da üç kez hacamat yaptırın veyahut akne bölgesine yakın olacak şekilde bölgesel hacamat yaptırın.

9. Eğer iyileşme görülmezse, sülük terapi uygulayın.

Egzema ve Sedef Hastalığı Tedavisi

Su döktüğünüzde iyileşme görülürse safravidir, tedavisi şöyle:

1. Ayda bir kez genel hacamat yaptırın (2 ya da 3 seans)

2. Sirkengebin içiniz.

Soğuk su dökmenize rağmen kaşıntı devam ediyorsa sevdavidir. Tedavisi şöyle:

1. Kırk gün boyunca nar yiyin.

2. Berberis sirkencübini içiniz.

3. Bölgesel hacamat ya da sülük terapi

4. Gül yağı + çörek otu yağı sürün veya akşamları menekşe ya da çörek otu ya da deve kuşu yağı sürün.

5. Sabahları bölgeyi sirkeyle yıkayın.

Egzama'nın Bir Diğer Tedavisi, Kaşıntı ve Deri Döküntüsü Tedavisi

1. Ayda bir kez genel hacamat yaptırın.

2. Genel hacamat yaptırdıktan bir ay sonra, iki baldır hacamatı yaptırın.

3. 7 gün boyunca cildi sirkeyle yıkayın.

4. Akşamları bir su bardağı sirkengebin için.

5. (Bir ölçek kara halile tozu + beş ölçek bal) yiyiniz.

Cilt Mantarı Tedavisi

Söz konusu bölgeye deve kuşu yağı sürün.

Göz Altı Morlukları Tedavisi

1. (4 yemek kaşığı zeytin yağı + 4 bal kaşığı tuz) karışımıyla günde 2 kez olmak üzere masaj yapın ve on dakika sonra yıkayın (kanın seyreltilmesini sağlar).

2. Sirkencübin içiniz.

3. Ayda bir kez olmak üzere, bir ya da iki kez genel hacamat yaptırın.

4. Geçmezse, kulak arkası hacamat yaptırın ve iki hafta sonra temporal hacamatı ve iki hafta sonra bölgeye sülük atın.

5. (2 kaşık bal + 1 kaşık sirke) karışımıyla bölgeye masaj yapın ve 20 dakika sonra yıkayın.

Cilt Renginin Koyulaşması

Sevdanın dağılımından kaynaklanır. Tedavisi; sirkencübin ve buruk tatların alımıdır.

Yüz Lekeleri Tedavisi

1. Akşamları sirkencübin için.

2. Hünnap kınası* + sirke karışımından her akşam 2 saat pansuman yapınız.

*Hünnap kınasının ne olduğunu bulamadım, muhtemelen toz halin getirilmiş hünnap yaprağı oluyor. Yine de emin değilim.

3. Genel hacamat, ayda bir kez. (2 ya da 3 seans)

Burun Çevresi Enfeksiyonu Tedavisi

1. Hafif elmacık kupa terapisi (1 gün arayla, 7 seans)

2. Bölgesel elmacık hacamatı

3. Akşamları sirkencübin için.

4. Akşamları bir çorba kaşığı üzerlik otunu suyla birlikte yutun. (Asla çiğnemeyin)

Dövmenin Giderilmesi

Sirkenin nüfuz edip yakmaması için sirkeyi hünnapla karıştırın (her akiam 2 saat kadar 3 ile 7 seans pansuman edin) ve önceden kalan lekelerse kına ve (hünap + sirke) ile arınır.

Üstad: 70 yaşlarında olmasına karşın cildi şeffaf bir bir hastam vardı, sebebini sordum, cevabı şu oldu:

-Ben kuyruk yağı tüketiyorum ve banyodayken sirke kullanıyorum.

Güneş kremi safravilere özgüdür, doğal güneş kremiyse aloe vera jelidir (aloe vera yapraklarını kullanınız)

Apse Tedavisi

Bölgenin üzerine hacamat yapınız.

Kadınlarda Yanak Sarkması

Akşamları rezene sirkencübini içiniz.

UYARI: Rezene kullanım sınırı yüz ve göğüs dolgunlaşana kadardır yani yanak sarkması giderildiği zamandır. (Bazıları iki ay gibi bir sürede bu ölçüye ulaşıyorlar ve bazıları da 4 ay gibi bir sürede bazıları da 6 ay içinde.)

Vitiligo Tedavisi (Ciltte Beyaz Lekeler ve Yüzeyde Balgamın Kristallenmesi)

1. Akşam ve sabah, günde 1 ya da 2 su bardağı sirkencübin içiniz. Tedavis süresi 4 – 12 ay arasıdır.

2. Soğuk gıdaları iptal edin; inek eti, salam, sosis ve balık gibi.

3. 3 ay sonra ayda bir genel hacamat yaptırın.

4. Bir sene içerisinde tedavi olunur.

UYARI: Vitiligo lekeleri hacamatla tedavi olmaz.

El İçi Terlemesi Tedavisi

Aşırı soğukluktan kaynaklanır, akşamları bir yemek kaşığı kadar üzerlik otu tohumu yutulması ve aç karnına bal yiyilmesi önerilir.

El İçi Kaşıntısı Tedavisi

1. Eğer kurulukla birlikteyse: Uyumadan önce akşamları sirkencübin için.

2. Eğer terlemeyle birlikteyse: Bir bal kaşığı üzerlik otu tohumunu sirkencübinle yutun.

Doğum Lekesi

Bölgesel hacamat, 3 kez, bir ay arayla.

Deri Altı (Subkutan) Sivilce Tedavisi

Cilt kalıncadır, ne akne vardır ne de deri yumuşaktır:

1. Sirkencübin içiniz.

2. Banyıda cilde lif kullanarak sirkeyle masaj yapın.

UYARI: Sirke cilt gözeneklerini açar ve sevdayı dışarı çıkarır.

Deri Altı Yağ Kitlesi Tedavisi

Sirkeyle yıkanmak, vücut kokusunu giderir, eğer bu yıkama keseyle olursa daha iyidir zira derin yağları da yok eder.

Eğer sıcak mizaçlı olursa:Mayhoş gıdalar tüketin; limon suyu şerbeti, kivi şerbeti, berberis şerbeti, sirkencübin gibi. Bu sayılanlar derin bir biçimde çökelen hıltın hareketlenmesini sağlar, 40 gün boyunca bunları tükettiğinizde bir kez genel hacamat ya da baş hacamatı bunları dışarı atar; sonra başı sıcak etmemiz gerekir.

1. Sirkencübin için: Balı yeni kan üretir ve sirkesi kanı seyreltir/sulandırır. Pekmez sirkesi de hakeza öyledir.

2. Üzüm, buğday çorbası, zeytin yağı, susam, elma suyu ve kereviz suyu kan yapıcıdır ve bunları yememiz gerekir. Kan yapıcılar ya mutedil olmalı ya da sıcak olmalıdır ama sıcak ve kuru olmaması gerekir, soğukluğunun fazla olması istisnadır, böyle olunca sıcak ve kuruyu sıcak ve yaş ile karıştırırız; zencefil şerbeti ve bal şerbeti gibi.

3. Sıcak yağlar sürün; susam yağı ve çörek otu yağı gibi.

Eğer soğuk mizaçlı olursa:Sıcak gıdalar tüketin ve sıcak yağlar sürün.

Yüze Form Kazandırmak İçin

Erkekler için üzüm kadınlar için rezene yüze form kazandırır.

Sivilce Yerlerinin İçeri Çökmesi

1. Akşamları menekşe yağı kullanın.

2. Türban çizgisi üzerine sülük atın, 1 ya da 2 seans.

Çil Tedavisi (Kanın yoğunluğundan kaynaklanır)

1. Uyumadan önce akşamları sirkencübin için.

2. Buruk tatlar tüketin (domates suyu ve nar suyu)

3. Kızartmaları aza indirgeyin.

4. İki seans hacamat yaptırın (bir kez ilkbaharda bir kez de sonbaharda)

NOT: Çeviri internette oluşan arıza yüzünden gecikmeye uğradı. Çeviride, oranlayacak olursak %10 Mehmet Kanar Farsça - Türkçe Sözlüğü, %90 internetteki Farsça kaynaklar, wikipedia ve Farsça – Farsça sözlük kullanılmaktadır. Bu açıdan internetin olmayışı demek, çevirinin kesintiye uğraması demek bir açıdan.

Mizacını Tanı Kitabı (Yirminci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirminci Bölüm)

04 Şubat 2018

Siğil ve Et Beni Tedavisi (Sebebi Bölgesel Sevdanın Artışıdır)

1. Cilt masajı

2. Ya iki seans/kez genel hacamat ya da bir seans bölgesel hacamat.

3. Banyodayken, incir yaprağının dip kısmıyla (yaprağının sütü) bölgesel şekilde kese kullanarak yıkayın.

4. Uyumadan önce sirkengebin için.

UYARI: Ciltteki beni (nevüs) stimüle etmekten kaçının, zira kansere dönüşebilir.

Açık Cilt Gözenekleri Tedavisi (Geniş Gözenekler)

Aloe vera jelini kırk akşam boyunca uyumadan önce kullanın.

Cilt Kuruluğu Tedavisi

1. Menekşe yağı sürün.

2. Akşamları aloe vera jeli kullanın.

Basen Sivilcesi

Bir seans bel hacamatıyla geçecektir.

Dudak Kuruluğu (Aşırı Safra)

1. Uyumadan önce sirkengebin için.

2. Eğer dudak kenarı çatlıyorsa, deve kuşu yağını bölgesel olarak kullanın.

3. Eğer dudağın ortası çatlıyorsa, zeytin ya da susam yağını göbeğin içine sürün.

Uçuk Tedavisi

Uçuğun sebebi virüstür ve tedavisi ise hacamattır. 2 ya da 3 seans, bir ay arayla, sorunun tam tamına hallolması için hacamat yaptırınız. Geçici olarak, uçuk üzerine eşit ölçülerde bal ve sirke sürün, yukarıda geçen yönergeleri uyguladıkça hastalık ortadan kalkacaktır.

Zona Tedavisi

1. Genel hacamat, 1 – 2 hafta aralıklarla.

2. Sabah ve akşam “dusin” yiyin.

3. Zona üzerine hacamat yapınız, derin çizik atın ve ağır vakum uygulayın, 2 ya da 3 seans, 2 – 3 hafta aralıklarla.

4. Bölge etrafına iki hafta sonra 5 ya da 7 adet sülük atın.

5. Bölgeye murt (mersin, hambelez) esansı sürün.

Tüm Vücutta Görülen Kırmızı Lekeler İçin Tedavi (Sevdavi Lekeler)

1. Uyumadan önce sirkengebin için.

2. Yürüyüş.

3. Banyodayken 20 – 30 dakikalığına zeytin yağıyla yağlanın ve ardından sirkeyle keselenin.

Alopesi Areata (Saçkıran) Tedavisi

Alopesi, çökelmiş balgamdan kaynaklanır. Bu hastalıkta, bir bölgede, örneğin sakalda madeni para boyutunda bir leke belirir ki kılların dökümüne yol açar, tedavisi şöyledir:

1. Bölgesel hacamat (ayda bir kez olmak üzere 1 ile 3 kez), hacamatlara ek olarak sülük de kullanılır.

2. Çokça saçlarınızı tarayın, saçların taranması anormal balgamı doğal balgama çevirir.

3. Sıcak mizaçlı gıdalar tüketin, özellikle de badem.

Saçlarda Kepeklenme İçin Tedavi (Yanmış Safra)

1. Akşam uyumadan önce sirkengebin için.

2. Sıcak mizaçlı başta görülen kepekler için, şampuan kullandıktan sonra başı sirkeyle yıkayın ve on beş dakika kadar beklesin.

3. Genel hacamat, 1 ya da 2 seans, ayda bir kez.

4. Soğuk kepek için, susam yağı sürmek iyi gelecektir.

Koltuk Altı Sarımsı Ter Tedavisi

Bu tür ter kötü kokulu ve acımsıdır ve aşırı safradan kaynaklanır. Tedavisi: Vücudu sirkeyle yıkayın.

Kafa Kaşıntısı Tedavisi

Sirkeyle yıkayın (Yumuşatıcalar arasında, tüm yumuşatıcılara kıyasla, hiçbir yumuşatıcı sirke kadar saçları yumuşak etmez.) Saçı sabun ve şampuanla yıkadıktan sonra, beş dakikalığına başı sirkeleyin ve sonra yıkayın.

Saç Dökülmesi Tedavisi

Erkeklerde görülen saç dökülmesi genelde sıcaklık ve hararet dolayısıyladır. Eğer hararet, dem hıltından kaynaklanırsa, başın ortasında dökülmeler görülür. Eğer hararet safra hıltından kaynaklanırsa, saç dökülmesi başın ön bölgesinde görülür. Eğer safra ve dem hıltlarının her ikisinde artış olursa, saç dökülmesi başın her iki bölümünde görülür. Ancak kadınlarda görülen saç dökülmesi soğukluğun şiddetinden kaynaklanır ki saç aralıklarının seyrelmesine neden olur, kısaca saçlar seyrek olur.

Erkeklerde Saç Dökülmesi Tedavisi

1. Ailesinde kalıtsal saç dökülmesi olanlar, ergenlik döneminden itibaren yılda bir ya da iki kez ilkbaharda genel hacamat yaptırırlarsa asla saç dökülmesi yaşamazlar. (28 yaşına kadar bu doğrultuda ilerleyin.)

2. Saçlarında dökülme başlayan ve ilerleyen kimseler, saç dökülmesini durdurmak için ilk fırsatta hacamat yaptırmalılar. Yılda iki kez olmak üzere ilkbaharda 28 yaşına dek hacamat yaptırsınlar ve bir kez de baş hacamatı yaptırsınlar. Başı şampuanla yıkadıktan sonra on beş dakika kadar sirkeyle yıkamak da fayda sağlar.

UYARI: Saçların yeniden çıkması için, denenmiş yollardan biri de, saç diplerine sürekli masaj yapmaktır.

Kadınlarda Saç Dökülmesi Tedavisi

1. Bıngıldağı çörek otu ya da acı badem yağıyla yağlayın, veyahut diğer sıcak mizaçlı yağlarla, susam ve zeytin yağı gibi, yağlayın.

2. Sıcak mizaçlı kokular koklayın (yasemin, ısparta gülü, nergis, misk ve sümbülteber gibi). Akşamları uyumadan önce burun altına sürülmesi iyidir.

3. Sıcak mizaçlı gıdalar tüketin; üzüm pekmezi tahin ve iki ya da üç öğün badem fesencanı (yarısı badem [14 adet] ve yarısı ceviz), kuru siyah üzüm (ya da kişmiş) gibi.

4. Akşamları bir su bardağı rezene hidrolatını balla için. (regl dönemleri dışında)

5. Özellikle akşamları soğuk mizaçlı gıdalar tüketmekten kaçının.

6. Saç diplerine masaj yapın ya da günde 5 – 10 dakika kadar saçlarınızı metal dişli tarakla tarayın.

7. Düz olmayan ya da taşlı zeminde yürüyüş yapın ya da ayak altına günde yarım saat masaj yapın.

8. Banyodayken başı yıkadıktan sonra, bir miktar tuz ve su çözeltisini başınıza sürün (3 yemek kaşığı tuza bir su bardağı su). Tuz sıcak mizaçlı olup baş derisini sıkılaştırır ve vücut tarafından hızlı emilen tek madensel ilaç tuzdur.

9. Tedavi süresi, soğukluğun şiddetine göre, 40 – 120 gün arasındadır.

UYARI: Eğer bir kimsenin başında balgam galebesi (baskın) olursa, günlük kullanabilir. Bu iş için günde bir nohut büyüklüğünde günlüğü sakız gibi çiğnesin (40 gün).

UYARI: Kaşları gürleştirmek için fındık yağı kullanımı çok işe yarar.

UYARI: Sevda hıltı eğer başta dirençli olursa, yukarıdaki talimatları yaptıktan sonra bir kez baş hacamatı yaptırsınlar.

UYARI: Başı zeytin yağıyla yağlarken, birkaç inciri yakıp, yanık halini zeytin yağıyla karıştırıp başa sürebilirsiniz, bir iki saat başınızda bekletin. Bu karışımın kullanılması mükemmel sonuçlar verecektir.

Yağlı Saç ve Saç Kırılması (Trikoptilozis) Tedavisi

1. Uyumadan önce sirkengebin içiniz.

2. Kırk gün sonra genel hacamat yaptırın.

3. Banyodayken on beş dakikalığına hünnap + sirke pansumanı kullanın.

Diyabet Yarası Tedavisi

Açıklama: Diyabet hastalarını genelde ameliyat yapmazlar zira ameliyat esnasında kanları safranın azlığından dolayı pıhtılaşmaz, ilk olarak safra ilavesi yapılmalı ardından ameliyata alınmalılar.

Klasik tıp diyor ki “Biz enfeksiyona kapılmış uzva kan iletimi sağlayamayız.” Bu yüzden uzvu kesiyorlar.

Diyabet hastalarında kanın kaslara iletilmesinde “sevda” adında bir engel vardır ki dizden ayak bileğine kadar soğumuştur ve tıkayıcı madde ile kapanmıştır ve hareket edememektedir; bu yüzden ilk önce sirke ve yıkayıcı maddelerle açarız (klasik tıpta kimyasal insülinle açıyorlar). Eğer sirkeyi balla karıştırırsak çabuk açar (sirkengebin karışımının aynısı) hatta yara yerini sirkeyle yıkayabiliriz ve bu işlem açılmaya sebep olur. Yara çevresine sıcak mizaçlı yağlarla yapılan masaj safranın oluşumuna ve kan damarlarının açılmasına neden olur. Önce ayağa dokunuruz, soğuk olan yerler iletimsizliğin söz konusu yere kadar olduğunu gösterir, sıcak olan yerler kanın akışının sağlandığı yerdir. Şimdi ise iyileşme hızını artırmak istiyoruz, öncelikle ayağın sıcak olduğu yerden sülük atarız (5 ya da 6 adet, her hafta bir karış ayağın sıcak olduğu yerden damar tamamen açılana kadar) Zira kan yukarıdan aşağı doğru gelir. Sülüğün bir enjeksiyonu bir de emmesi vardır (kirli kanı emer) ve yolları açar. Eğer enfeksiyon ayaktan dize kadar tutulmuşsa, bir enfeksiyon emiciyle enfeksiyonu dışarı atarız ve o da tuzdur ve balla karıştırırız (beş ölçek bal + iki ölçek tuz) ve yaranın üzerine yerleştiririz (her 12 – 24 saatte bir değiştiririz). Ballı tuz yanma hissini azaltır. İlk gün dize kadar yanma hissi görülür ve ikinci günde ilk güne göre daha az yanma hissi duyulur ve üçüncü gün yanma hissi tamamen ortadan

kalkar. Bu karışımı kullanırken duyulan yanma hissi, yani enfeksiyonun varlığı ve enfeksiyon da balgamdan kaynaklanır ve bu yara da soğuktur; o halde soğuk yara yani enfeksiyöz ve kokulu yara demektir ve tuz da antiflegmdir (balgam karşıtıdır).

Enfeksiyon olduğu sürece yukarıda geçen ilacın kullanılması gerekir. Enfeksiyon ve yanma hissi giderilince ve tedaviye yardımcı olması açısından, şu karışım kullanılır: 2 ölçek zeytin yağı + 5 ölçek balı yara üzerine sürün. Her 12 – 24 saatte bir değiştirin. Yarayı onarıcı en iyi gıda bal ve zeytindir. Çünkü her iki gıdada safra mevcuttur ve tuz ise hem safra ilave eder hem de enfeksiyonu dışarı atar.

Bu yara, hastanın kandaki safra miktarına göre 10 gün ile bir ay arası iyileşecektir. Yaranın rengi griden kırmızıya dönüşecektir; yani safra ayağa erişiyor demektir. Tam da bu noktada biz safrayı dışarıdan ve içeriden yaraya iletmiş olduk (bal).

Tüm Yara Çeşitleri İçin Tedavi

Enfeksiyoz olduğu müddet itibariyle: 5 ölçek bal ve 2 ölçek tuz (yara rengi griden kırmızıya dönene kadar [3 gün sürmektedir]. Bundan sonra 5 ölçek bal ve 2 ölçek zeytin yağı [40 gün içinde ete çevirir ve yaradaki eksik kısım doldurulmuş olur]); Eğer hasta kan kaybından dolayı seruma ihtiyaç duyarsa, yeni kan üretimi için balla su verin. Böyle olunca seruma ya da kan alımına gerek kalmaz. Kan kaybından dolayı kalbin güçsüzleşme durumu olabilir. Eğer ballı suya bir miktar safran ilave ederseniz, kalbi takviye olmuş olur.

Yanık Hastalıkları

ANI: Bir hastaneye gitmiştim, bazı hastalar yanık dolayısıyla hayatlarını kaybetmişlerdi, kendi kendime şöyle dedim: “Yanıklar için hiç ilaç olmaz olur mu?” Şimdi ise derin yanıkları balla tedavi ediyoruz; bir kat bal sürüyoruz ama üstünü kapatmıyoruz. Balın onda biri hakiki olsa yeterlidir. Bal her türlü yanığı ne derece derin ve ne derece yüzeysel olursa olsun tedavi eder. Tansiyon düşüklüğü (hipotansiyon) bal şerbetiyle tedavi edilir. Eğer bundan daha ileri konuşacak olursak deriz ki her soğuk hastalığı bal ile tedavi ederiz.

Keloid oluşan yanık yarasının üzeri kapatıldığı surette sülük terapi ile yavaşça eritebiliriz.

Yüzeysel Yanıklar İçin Tedavi

1. Bal sürün.

2. Sürekli olarak aloe vera jeli sürün.

3. Yumurta akı

4. Rendelenmiş patates

UYARI: Yukarıda geçen yönergelerin hepsi tek başına kullanılabilirdir ve balın kullanımı kabarcık oluşumunu engelleyici olup cildin çabuk yenilenmesini sağlar.

UYARI: Zeytin yağı yerine inek sütünden yapılan terayağı ya da susam yağı kullanabilirsiniz.

Güneş Yanığı Tedavisi

Zeytin yağı sürün.

UYARI: Güneş yanmasını önlemek amacıyla, zeytin yağını ya da aloe vera jelini önceden kullanabilirsiniz.

Derin Yanık Tedavisi, Yara ve Bir Hadise Sonucu ya da Bıçaktan Kaynaklanan Yara

(5 ölçek bal, 2 ölçek zeytin yağı). Bu ilaç gerek olduğu miktarca et oluşumunu sağlar ve gerek olduğu miktarca cilt oluşturur ve yaranın derin olduğu yeri onarır. Ancak yanık durumunda, yanık yarasını kapatmayın zira cilt dokusu tıpkı örümcek ağı gibidir, kapattığınızda yeni oluşan dokular büzüşür ve keloide çevirir. Yara açık olduğu sürece deri, üretilmesi gerektiği kadar üretilir. Bir diğer ilaç, aloe veradır ki aloe verada bir miktar morfin bulunur. Yaraya sürdüğünüzde hızlı bir biçimde yatıştırır ve tedavi eder.

Kan üretimi yapmak istenildiğinde bal, elma ve üzüm pekmezi kullanır ve “kan yapıcı sıcak kupa terapi” uygularız. Et oluşumu istediğimizde zeytin yağından yararlanırız.

En şiddetli yaraları bal + zeytin yağı ile tedavi edebiliriz, bal tek başına yarayı onarır ancak kas ve doku üretmez ve bu açıdan kas ve dokunun yenilenmesi için zeytin yağı ilavesi yapılmalıdır.

Yarayı en iyi iyileştirici, aloe vera yaprağıdır ki her evde olması gerekir. Zira uyuşturucu madde içerir ve yaraya sürerseniz, yarada yanma hissi olmaz ve yara acımaz ve ayrıca yarayı onarır da.

Ayak Hastalıkları

Ayak içi ve Topuk Hararetlenmesi ve Kaşıntısı Tedavisi

(Kına + tuz + limon suyu) bölgeye sürün.

Kötü Ayak Kokusu

Limon suyu + tuz sürün.

Topuk Dikeni Tedavisi

Ayakta çökelmiş balgamdan ötürüdür ve elde çökelirse bezeye dönüşür, tedavisi:

1. Üzerlik otu tohumu yutun. (ÇİĞNEMEYİN)

2. Baldır hacamatı

3. Ortopedik ayakkabı kullanın.

Tendon Yırtılması Tedavisi

1. Çörek otu yağıyla yağlayın.

2. İki hafta sonra, bölgesel hacamat (Tedavi günlerinde fazla stimüle edilmesin.)

Ayak Nasırı

Bir tür kristalize sevda ve balgamdır ve tedavisi ise üzerlik otu tohumu yutmaktır. (Kırk güne kadar)

Dudak ve Ayak Topuğu Çatlaklığı

1. Kuyruk yağı ya da deve hörgücü yağıyla yağlayın.

2. Dudaklarında çatlama ya da ayak topuğunda çatlama olanlar öncelikle kabızlıklarını gidermeliler ve sonrasında göbeğe zeytin yağı sürsünler.

Ayak Kasları Krampı Tedavisi

Acı badem yağıyla parmaklardan baldıra doğru masaj yapın ve çok şiddetliyse baldır hacamatı yapılması iyi gelecektir.

Ayak Varisleri

Varis hacamatla tedavi edilmez.

1. Eğer damarlar küçük olursa; üzerlik, 40 akşam boyunca faydalıdır.

2. Eğer ilerlemişse ve damarlar büyümüşse kırk akşam üzerlik kullandıktan sonra ve sirkengebin içtikten sonra (bu ilaç, biriken sevdanın olgunlaşmasını sağlar) 3 kez/seans, iki haftada bir, varis damarları arasına sülük atılmalı ve eğer iyileşme olmazsa fasd yapılır (damar kesilir).

UYARI: Bu kırk akşam süresince, doğru olan soğuk mizaçlı gıdaların daha az tüketilmesidir.

NOT: Bir sonraki bölümde kadın hastalıkları işlenecektir inşallah.

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Birinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Birinci Bölüm)

16 Şubat 2018

Kadın Hastalıkları

Kadınlarda Kısırlığın Nedenleri

1. Yumurtalık kisti

2. Enfeksiyon

3. Periyot öncesi problemler (böyle bir kimse sinirli olur ve ayrıca ağrısı da olur). Bu problemler rahim pozisyonunda kaymalar (ters rahim gibi), tüplerde tıkanıklık ya da rahmin küçülmesi gibi cerrahi gerektiren durumlar olabilir.

4. Yumurtalık tembelliği

Enfeksiyon Nedenleri

Kısırlığı tetikleyen faktörlerden biri de enfeksiyondur, enfeksiyon birkaç sebebe bağlıdır;

1. Erkekte yanma hissi ve sık idrara çıkma gibi şikayetler varsa, eşindeki enfeksiyondan kaynaklanabilir. Bu yüzden ilk önce söz konusu problemden kuşkulanmak gerekir.

2. Rutubetli bölge yani enfeksiyon demektir. Bu açıdan kadının iç çamaşırı nemli olmamalıdır.

3. Dar pantolon da enfeksiyona yol açar.

4. Prezervatifler de enfeksiyon ve kaşıntı meydana getirebilir.

Rahim Enfeksiyonu Tedavisi

1. Enfeksiyon kaşıntıyla birlikte görülürse; tedavisi sirkeli küvette/yayvan kap oturmaktır. Şöyle ki bir su bardağı doğal sirkeyi üç litre ılık kaynatılmış su ile hazırlayın günde yarım saat olmak üzere 7 ile 14 kez küvette oturun.

2. Eğer enfeksiyon kaşıntısız olursa; bal vajinali enjeksiyonu yöntemini uygulayın, 7 – 14 kez, akşamları bir kez (10 cc)

UYARI: Evlenmemiş bayanlar, bir su bardağı ılınmış kaynatılmış suyla birlikte 4 yemek kaşığı bal karışımı kullansınlar.

Kadınlarda Tekrar Eden Enfeksiyonlar

1. Genel hacamat

2. Bir ay sonra sakral hacamatı

3. Bel ve yumurtalık kupa terapisi, bir gün arayla

4. Bal vajinali, temiz olunan dönemde akşamları 10 cc

5. Dusin yiyiniz, (akşamları bir bal kaşığı)

6. Ballı rezene hidrolatı içiniz.

7. Sirke leğeni (yayvan kap); (1 su bardağı sirke + 3 litre suyu bir leğene boşaltın ve yarım saat oturun) eğer yanıt vermezse bazilik fasdi (el damarını kesme) yaptırın.

Hamilelik Bulantısı

Hamilelikte görülen bulantı ikiye ayrılır:

1. Safra'dan kaynaklanan bulantı

2. Balgamdan kaynaklanan bulantı (Kadınlarda görülen bulantı genelde bu türdendir.)

Safradan kaynaklanırsa hacamat yaptırsınlar, balgamdan kaynaklanırsa;

1. Sıcak mizaçlı gıdalar yesinler ama aşırıya kaçmasınlar.

2. 5 ölçek zencefil 1 ölçek tuz 1 ölçek limon suyu karışımını bulantı anında ve her yemekten sonra bir çay kaşığı kadar yesin.

Bu ilacı uzun süre ve aşırı kullanmaktan kaçının.

Dismenore Tedavisi (Ağrılı Adet) Tedavisi

Bu rahatsızlık soğukluktan kaynaklanır. Dismenorenin sebeplerinden biri de, kısırlık ve yumurtalık kistinin periyot döneminde kendisini temizlemesidir veya banyo yaparken rutubetin rahim tarafından emilmesinden dolayı balgam oluşur ve bu sorunlar da balgamın kristallenmesinden ötürüdür ki daha çok soğuk ve nemli yerlerde oturmak ve periyot döneminde hormonlu tavuk ve soğuk mizaçlı gıdalar yemekten meydana gelir. Günümüzde yaklaşık olarak kızların yüzde ellisinde yumurtalık kisti vardır. Tedavisi:

1. Sıcak gıdalar yiyiniz, özellikle de akşamları.

2. Karın altı ve bel kupa terapisi, 21 kez/seans, bir gün arayla.

3. Akşamları bir bal kaşığı balla birlikte bir su bardağı rezene hidrolatı içiniz (adet dönemi dışında, 120 akşam kadar)

4. Acil Tedavi: Dere otu ya da tarçın demleyip içiniz, zencefil + bal + sıcak su (periyotken), üzerlik otu yutunuz.

Yumurtalık Kisti Tedavisi

1. Periyot döneminde banyo yapmaktan kaçının.

2. Yumurtalık ve bel bölgesine kupa yapın (14 kez, bir gün arayla)

3. Ballı rezene hidrolatı içiniz.

4. Genel hacamat yaptırın.

5. 1 ay sonra sakral hacamatı yaptırırın.

6. Bal vajinalı kullanın, akşamları (1 ile 3 akşam arası 10 cc kadar)

7. Zencefil yağıyla yumurtalık bölgesine masaj yapın.

8. Akşamları bir bal kaşığı “dusin” yiyin.

9. Civanperçemi (mizacı; kuru ve sıcak) hidrolatı içiniz.

UYARI: Kupa yaptırmanın periyot döneminde herhangi bir sakıncası yok ancak bazı kimselerde kanamaya sebebiyet verdiğinden yapılması sakıncalıdır.

UYARI: 2016 yılında Nişaburlu kadın, kist yüzünden telefon açıyor ve şöyle diyor: Bir yakınımızın 3 kilo 200 gram ağırlığında kisti vardı ve yukarıda geçen reçeteyi uyguladıktan sonra 2 – 3 ay içinde tamamen iyileşti.

Kadınların Soğuk Mizaçlılığı

1. Ballı rezene hidrolatı

2. Üzerlik otu tohumu yutunuz (Gebe ve süt veren kadınlar ve tansiyon hastaları kullanmasın.)

3. Bal vajinalı, temiz dönemde, akşamları, 10 cc

4. Soğuk gıdaları yemekten kaçının.

5. İğde (iltihap sökücü özellikte olup mizacı soğuk ve kurudur), incir, zeytin, hurma yiyin.

6. Üst bacağın iç kısmına kupa yapın.

7. Altın takın.

UYARI: Hünsa kişiler soğuk mizaçlıdırlar.

UYARI: Eğer akşamları soğuk mizaçlı gıdalar yersek, vücudumuz soğur ve uykumuz ağır olur ve gecenin bir yarısı tuvalet ihtiyacı için kalkarız. Ama sabahları eğer ağır fiziksel aktivite yapmamız gerekiyorsa, soğuk gıda yememimizin herhangi bir sakıncası yok, yoksa sıcak ve soğuk gıda karışımı şeyler yemeliyiz.

Hiperseksüalite (Aşırı Cinsel İstek)

Ahlaki bunalımı önlemek için, nane, genel hacamat ya da sirkengebin öneririz ancak tek başına sirke sinirleri yıpratır. Mastürbasyonda, fazla sıcaklık gideririlirse, istek de giderilmiş olur.

Erkeklerde en iyi düzenleyici genel hacamattır (haftada bir kez) ve sonra soğuk gıdalar yemek gelir; elbette aşırıya kaçınılmamalıdır. Ondan sonra sirke gelir ve sirke vücudu dirençsiz ve bitkin düşürdüğünden sirkengebin veririz; hem kadınlarda hem de erkeklerde dengeleyici roldedir (akşamları bir su bardağı). İçerdiği nane hidrolatı kadınlarda dengeleyicidir, kadınlarda ilk sırada hacamat iyi değildir, sirkengebin yeterlidir. Zira vücut sıcaklıkları aşırı yükselmez. Nanenin kendisi cinsel isteği azaltır. Nane tüketiminde aşırıya kaçıldığında kısırlığa kadar gider. Adet kanamasını önler. Adet olmak istemeyenler nane kullansınlar (vajinal yolla arındırma yöntemiyle). Ama İngilizlerin bizler için hiperseksüaliteyi önlemek için getirdikleri yöntem “kafur”dur. Kafur zararlıdır. Kafur kullanan asker, kendi botunun bağcıklarını bile bağlamaya güç yetiremez. Kafur beyni aşırı derecede soğutur.

Yumurtalık Problemleri

Hormon bozuklukları, yumurtalık tembelliği, miyom, yumurtalık kisti ve yumurtadan dolayı oluşan kısırlık gibi problemler için tedavi önerisi şöyle:

1. Bel ve karın altı kupa terapisi, 21 kez, bir gün arayla.

2. Adet olmadığınız zamanlarda, akşamları bir su bardağı rezene hidrolatına bir bal kaşığı bal ekleyip için.

3. Dusin yiyin, günde sabah ve akşam olmak üzere 2 bal kaşığı kadar.

4. Temiz olduğunuz dönemde, aşağıdaki karışımı vajinal yolla 14 kez akşamları kullanın: Nohut büyüklüğünde şap (daha fazla olmasın) + bir bal kaşığı bal +bir çay kaşığı rafine olmamış kokulu zeytin yağı

5. Evlenmemiş bayanlar üzerlik+günlük+şap tütsüsü yapsın. Tütsünün dumanını 14 gün rahime ulaştırsınlar.

6. Ek Tedavi: Genel hacamat ve bir ay sonra sakral hacamatı, iki hafta sonra karın altı hacamatı 1 – 3 kez, geleneksel tıp uzmanının gözetimi altında yapılmalıdır.

7. Tedavi süresi 40 – 120 gündür.

Rahim Sarkması Tedavisi

Aşağıdaki her iki durumda da bir gün arayla 21 seans/kez karın altı kupa terapisi önerilir:

1. Sarkma/prolapsus eğer fazla olmazsa; bal vajinali, 7 – 14 kez, akşamları, adet dönemi dışında, 10 cc

2. Eğer sarkma/prolapsus fazla olursa; aloe vera vajinali, 7 – 14 kez, akşamları bir kez, bir buçuk çorba kaşığı kadar

UYARI: Eğer sarkma fazla olursa ek tedaviye gereksinim duyulur, kesinlikle geleneksel tıp uzmanına başvurmalıdır.

Göğüs Kanseri Tedavisi

1. Yarı tuz hamuru (yarısı un yarısı un) 12 saat kadar göğüste bekletin, 12 – 21 kez yapın.

2. Dusin, sabah ve akşam

3. Rezene hidrolatı için.

4. Sıcak mizaçlı gıdalar yiyin.

Göğüste Kitle Tedavisi

1. Göğüs üzerine kupa atın, 21 seans, bir gün arayla

2. Şunisel* içiniz, günde her sekiz saatte bir, üç yemek kaşığı kadar (4 ölçek çörek otu yağı ya da rafine edilmemiş kokulu zeytin yağı + 2 ölçek bal + 1 ölçek doğal üzüm sirkesi)

ÇN: Şunisel, dusin ve sirkengebin gibi kurmaca bir kelime. Muhtemelen, kendi tahminimce, şunisel kelimesi üç içeriğinden doğuyor: "Şuniz" Farsça'da çörek otu demek oluyor, gerçi çörek otu için "siyahdane" de deniliyor. Yani şunizin kullanımı pek yaygın değil. Şunisel'in "şuni" kısmı şunizden geldiğini varsaysak "s" sirke "el" asel yani bal, o da son hecesi tabii. Sirke atlanmış olabilir elbette. Kısaca gerçekdışı bir kelime olduğu ortada. Parantez içinde belirtilen tarifi hazırlayıp siz de şunisel karışımını elde edebilirsiniz. İran'da hazır hali mevcut; 250 ml şişede 14 tl civarında bir ücretle satılıyor.

3. Sirkengebin içiniz, akşamları bir su bardağı.

4. Üzerlik yutun, sirkengebinle birlikte akşamları bir bal kaşığı kadar olacak şekilde (kırk akşam)

5. "Durna"* tozunu kaynatıp için (bir yemek kaşığı durna tozunu 20 dakika boyunca, bir buçuk su bardağı suda kaynatın, soğuduktan sonra balla karıştırıp için)

ÇN: Kitabın orijinal dilinde “pudr-i durna” olarak geçer. Durna aslında Türkçe kökenli bir kelime. Azıcık fikir yürütürseniz hemen bulabilirsiniz. Günümüz dilinde “Turna” olarak geçiyor. Başka anlamlara da geliyor elbette, bir anlamı da kuş türü olan hayvan yani “turna”. Ancak durna tozunun ne olduğuna dair herhangi bir veriye ulaşamadım. Ancak bir sitede “birkaç bitkinin karışımından elde edilen ilaç” olarak belirtiliyor, devamında “sıcak ve kuru mizaçta olduğu ve çoğunlukla kanser gibi tedavisi zor hastalıklar için kullanıldığı” bildiriliyor.

6. Tedavi süresi 40 – 120 gündür.

UYARI: Göğsünde kitle olanlar rezene hidrolatı kullanmamalıdır.

Göğüs Büyültmek İçin Tedavi

Kadınlarda soğukluğun alameti, göğüs küçüklüğüdür, toplumda yaygındır. Göğsü büyülten sıcaklık “rezene”dir. Demlenmiş rezene hidrolatından daha iyidir (akşamları bir su bardağı). Göğüste ağırlaşma hissi duyulduğunda her akşam kupa atın (7 – 14 kez).

UYARI: Eğer kupa atılmazsa göğüs tekrar küçülür.

UYARI: Demlemeler geç etki eder ancak kalıcığı daha fazladır ancak hidrolatlar çabuk etki eder ama kalıcılığı daha azdır.

Kadınlarda Aşırı Kanama ve Leke Görme Tedavisi

Balgam mizaçlı kadınlarda kanama fazla ve uzun süreli olur zira kanlarında safra oranı düşüktür , dolayısıyla tutucu/kabzedici halet gözlemlenmez.

1. Sıcak mizaçlı gıdalar tüketin.

2. Göğüs altı kupa terapisi uygulayın, 7 – 14 kez, bir gün arayla.

3. Civanperçemi hidrolatını balla karıştırıp akşamları bir su bardağı kadar içiniz.

4. Yumurta sarısı ve koyu çay tüketin.

İstenmeyen Tüyler İçin Çözüm

Periyot dönemi dışında, akşamları bir su bardağı rezene hidrolatını bir bal kaşığı balla karıştırıp içiniz, sonra 120 gün zarfında, istenmeyen tüyler ince ve soluk renkli olunca, tüyleri arındırın ve çıktığı yere düzenli olarak hünnap+sirke sürün. En az yedi gün, günde bir saat yüzünüzde beklesin.

Kadınlarda Kısırlık Tedavisi

1. 50 gram rezene tohumu + 25 gram doğal şeker (doğal şeker bulamazsanız bal kullanın) öğütün ve periyot zamanı dışında sabah ve akşam öğünününden sonra bir çay kaşığı kadar yiyin.

2. Dusin yiyin, sabah ve akşam bir bal kaşığı.

3. Bel ve karın altına kupa atın, bir gün arayla, 21 kez, periyot dönemi ve hamilelik dışında.

4. Bel bölgesini, karın altını, kasıkları susam yağı + kokulu zeytin yağı ile yağlayın.

5. Periyot dönemi dışında, akşamları bir su bardağı rezene hidrolatını bir bal kaşığı balla karıştırıp içiniz.

6. Akşamları bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatını bir bal kaşığı limon otu ve biraz balla karıştırıp içiniz.

7. Gerekirse hacamat yaptırın.

8. Günlük olarak yiyilmesi önerilen gıdalar: 3 adet hurma, akşamları 7 adet incir, sabahları 7 adet zeytin, 21 adet kuru üzüm (kişmiş) ve 14 adet badem

9. Soğuk gıdalardan ciddi manada uzak durun ya da tamamen yemeyin, özellikle de akşamları.

Kadınlarda Cinsel İsteksizlik Tedavisi

Kadınlarda en çok şikayet edilen mesele cinselliğe karşı soğumadır ki sebebi soğukluktur. Tedavisi şöyle:

1. Akşamları bir su bardağı rezene hidrolatına bir bal kaşığı kadar balı katıp için, periyot dönemi dışında, 4 – 6 ay devam edin.

2. Akşamları koku koklayın.

3. Haftada beş gün kahvaltıda tahin üzüm pekmezi yiyin.

4. Günlük olarak 3 adet hurma, 1 adet incir (akşamlaerı), 7 adet zeytin (sabahları), 21 adet kuru üzüm (kişmiş) ve 14 adet badem yiyin.

5. Akşamları soğuk gıdalar yemeyi azaltın ya da tamamen iptal edin.

UYARI: Menopoz görülmemişse cinsel eğilim var demektir.

Adet Görmeme (Amenore) Tedavisi

1. Periyot dönemi dışında, akşamları bir su bardağı rezene hidrolatıyla bir bal kaşığı balı karıştırıp için.

2. Kasık bölgesine ve baldıra* kupa atın, bir gün arayla 14 kez.

UYARI: Demlemeler geç etki eder ama kalıcıdır, hidrolatlar ise çabuk etki eder ama kalıcı etkisi düşüktür.

ÇN: Küçük bir hatırlatma olarak, insan bacağı iki kısma ayrılır; uyluk ve baldır. Uyluk bölgesi bir tek kemikten oluşur; uyluk kemiği ya da tıptaki adıyla “femur”, baldır bölgesi ise iki kemikten müteşekkildir; kaval ve baldır kemiği. Kaval kemiğinin tıptaki adı “tibia” baldır kemiğinin tıptaki adı “fibula”dır. Uyluk bölgesine üst bacak, baldır bölgesine alt bacak da denilir. Kasık bölgesine tıp dilinde “inguinal bölge” de denilir.

Erken Menopoz Tedavisi

Bu hastalık mizacın soğukluğundan kaynaklanır. Seyit olan kadınlar daha geç menopoza girerler zira mizaçları daha sıcaktır. Sıcak bölgeden soğuk bölgeye gidildikçe adet daha geç görülür ve daha erken menopoza girilir. Öyleyse mizacı sıcak etmeliyiz. Menopoz için özel hormonal ilaç şöyle:

1. Ballı rezene hidrolatı.

2. Sabahları üzüm pekmezli tahin.

3. Kırk gün boyunca sabahları beş zeytin akşamları beş incir yiyiniz.

4. Sıcak mizaçlı gıdalar yiyiniz.

Doğum Kontrol İlaçları (Gebeliği Engelleyici İlaçlar)

Kimyasal doğum kontrol ilaçları kanserojen ilaçlardan sayılır, on yıldır Amerika'da bu ilaçların kullanımını kısıtladılar, karaciğere çok zararlıdır ve kanı aşırı derecede yoğunlaştırır ve sevdavi eder, yan etkisi de fazladır.

Gebeliği Önleme Yolları

1. Eğer fazla nane tüketirseniz hamile olmazsınız.

2. Cinsel ilişkiden önce susam yağı vajinali kullanın.

3. Bal + kabartma tozu vajinalini ilişkiden yarım saat önce kullanın; bir çay kaşığı kabartma tozunu ve iki kaşık balı bir su bardağı suya dökün ve eritin. Sonra bu çözeltiyi şırıngayla, 5 cc kadar, iğnesiz olacak şekilde, 5 – 6 kez vajinaya enfekte edin.

Erkeklerde Cinsel Yetersizlik ve Kısırlık Tedavisi

1. Bel bölgesini, karın altını, penis, testis, kasık ve çevresini kokulu zeytin yağı +susam yağı karışımıyla yağlayın.

2. Bel bölgesi ve karın altı kupa terapisi, 21 kez, bir gün arayla.

3. Nohutu aşağıdaki tariflere uygun olarak tüketin:

a. Nohut suyu (Bir su bardağı nohut + zeytin yağı + tuz + biber + su)

b. Abghoost (haftada üç kez, akşam öğünü olarak)

c. Leblebi ve kişmiş (siyah üzüm), günde bir avuç yiyin.

4. İmam Sadık'ın reçetesini uygulayın: Bir miktar soğanı bir miktar zeytin yağında yavaşça kavurun sonra birkaç tane köy yumurtası kırın ve yiyin (haftada üç kez). Daha iyi sonuç almak için bu yemeğe birkaç tane hurma da ekleyebilirsiniz.

5. Tarune* hidrolatını akşamları bir su bardağına bir bal kaşığı balla birlikte içiniz.

*Hurma palmiyesinin çiçeğinden elde edilen bir tür hidrolat. Mizacına dair farklı görüşler var. Sıcak olma ihtimali yüksek görünüyor. Romatizmal rahatsızlıklara iyi geliyor, cinsel performansı artırıyor, uyku getirir, eklem ağrılarına da oldukça faydalı.

6. Haftanın 3 – 4 gününde kahvaltıda üzüm pekmezi tahin yiyin.

7. Yaklaşık kırk günlük süre zarfında, akşamları ciddi manada soğuk gıdaları yemeyi azaltın ya da tamamen iptal edin.

8. Günde üç adet hurma yiyin.

9. Günde 14 adet badem yiyin (tek tek, sakız çiğner gibi, yarım saat aralıklarla yiyilmelidir.)

10. Sabahları yedi adet zeytin akşamları yedi adet incir yiyin.

11. Badem fesencanı yiyin (yarısı badem (14 adet) yarısı ceviz), haftada 2 ya da 3 kez.

12. Yedi tohum kullanın: Yonca, soğan, keten, çörek otu, susam, tere ve havuç tohumu (akşamları bir yemek kaşığı kadar, bu tohumların tozunu aynı ölçüde balla birlikte yiyin.)

13. Günde bir bal kaşığı dusin yiyin.

14. Erkeklerde görülen kısırlık sorunu için doğurganlık ekmeği* faydalıdır ve çok iyi sonuç verir.

Doğurganlık ekmeğinin hazırlanışı şöyle: 40 tane nutfeli köy yumurtası beyazı + nohut tozu + soğanı karıştırıp "kükü" elde edin ve yedi parçaya bölün ve yedi gün boyunca tüketin. Hazırlanışında sebze ve baharat kullanabilirsiniz.

*Kükü için omlet kıvamında yemek diyebiliriz. Mehmet Kanar Farsça – Türkçe sözlüğünde kuku ya da kükü için "sebzeli omlet" tanımlaması geçer.

UYARI: Arpa suyu içeceklerinin içine şerbetçiotu suyu katıyorlar, bu yüzden erken boşalmaya neden oluyor.

UYARI: Sinir zayıflığı (nevrasteni) erken boşalmada pay sahibidir.

Erken Boşalma Tedavisi

1. Zihinsel huzur

2. Kokular beyinsel sorunları sakinleştirebilir, mülayim sıcak kokuya örnek olarak; yasemin çiçeği kokusu ve sümbülteber çiçeği kokusu ama kolonyalar sevdayı çoğaltır.

3. En iyi sıcaklık sağlayıcı cari sorunlardan kaçıştır ve sonra baş masajıdır.

4. Soğuk türde erken boşalma için en kuvvetli ilaç, ballı ısırgan otu tohumudur. Zeytin hem kuvvet verir hem de cinsel gücü artırır. Cinsel ilişkiyi destekleyici en güçlü ilaçlar hurma çekirdeği filizidir. Hurma tadımlanmalıdır yutulmamalıdır. Hurmanın günlük kullanım miktarı üç tanedir.

5. Karnı zeytin yağıyla yağlamak iyidir.

6. Hamam tozu derinin balgam tabakalarını yok eder ve kadınların balgamı çok olduğundan kadınlar için yararlıdır ve erken boşalmanın tedavilerinden sayılabilir.

7. Cinselliğe ara verme, erken boşalmaya neden olur.

NOT: Bir sonraki bölümde “Kulak Burun Boğaz (KBB) hastalıkları, Kardiyovasküler (Kalp-Damar) hastalıkları ve Kan hastalıkları” işlenecektir. Son 50 sayfanın çevirisi kaldı. İnşallah kitap çevirisinin bir an önce bitimi için çeviriyi hızlandıracağız. Sağlıcakla kalın.

Muhlasin 21-05-2018

Merve Hanım, beklettiğimiz için özür dileriz, hidrolat yapımına dair bilgim yok, sebebiyse İran'da satışı çok yaygın olduğundan gerek duymadım. Herhangi bilgi edinirsem sitede belirtirim. Ancak hidrolat olmadığında demlemesi de yeterli gelir. Teşekkürler

Merve y. 21-05-2018

Rezene hidrolatı nedir tarifi nedir

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi İkinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi İkinci Bölüm)

17 Şubat 2018

Kulak Burun Boğaz (KBB) Hastalıkları

Doğuştan Sağırlık ve Diğer Sağırlıklar Tedavisi

Bir kaşık üzerlik otu tohumu + yarım çay bardağı zeytin yağı + bir su bardağı kara turp suyunu yağı kalana kadar kaynatın ve bu yağı 14 gün kulağa damlatın (3 damla)

Burun Polibi (Nazal Polip), Tıkanıklığa Bağlı Kulak Ağrısı, Kuru ve Soğuk Tıkanıklar için Tedavi

2 – 3 damla üzerlik yağını* kulak ve buruna damlatın.

*Üzerlik yağı yapımı, kitapta "yağlar" bölümünde anlatılmıştır.

UYARI: Eğer bu karışımın kullanımı 120 günü geçerse ve devam etmek gerekirse, yedi gün ara verin sonra tekrar başlayın zira soğuk hastalıkların tedavisi uzun sürelidir.

Kulak Çınlaması (Tinnitus) Tedavisi

1. Akşamları bir damla çörek otu yağı damlatın, 4 saat bekleyin ve yarım saat sıcak su torbasına geri gelmesi için bırakın.

2. Baştan boyuna kadar el ve yumuşak tarakla masaj yapın.

3. Lavanta çayı demleyip içiniz.

4. Yürüyüş yapın.

Kulak Enfeksiyonu Tedavisi

Akşamları bir damla balı kulağın içine damlatın (3 akşam).

Kulak Takviyesi ve Kulak Yıkatma

Menekşe yağı ya da tatlı badem yağını kulağa (akşamları yedi damla olmak üzere) damlatın ve dört saat sonra artık maddelerin geri gelmesi için kulağı yarım saat süreliğine sıcak su torbasına yatırın, bu işlemi 7 gün kadar tekrarlayın.

Çınlama Tedavisi

1. Baş masajı

2. Sirkengebin içiniz.

3. 2 hafta sonra genel hacamat yaptırın.

4. 2 hafta sonra kulak arkası hacamat yaptırın.

5. Aksırtıcı ilaç kullanın, günde bir kez.

6. Yürüyüş yapınız.

7. Cep telefonu kullanmayın.

Burun Tıkanmasının Tedavisi

1. Buruna nane esansı damlatın (2 damla)

Diş eti ve Burun Kanaması Tedavisi

2 – 3 damla şu karışımdan buruna damlatın: 5 ölçek gülsuyu (hidrolatı) + 2 ölçek sirke. Dişleri fırçaladıktan sonra bu karışımla diş etine masaj yapın.

Anozmi (Koku Alma Duyusunun Kaybedilmesi, Koku Körlüğü)

1. Sıcak su ve deniz tuzunu buruna çekin (istinşak) (14 akşam)

2. Günde iki kez nane esansını alnınıza sürün.

3. Her akşam bıngıldağa susam ya da çörek otu yağı sürün.

4. Sıcak mizaçlı gıdalar tüketmeye özen gösterin ve soğuk mizaçlı gıdaları azaltın.

5. Haftada 3 – 4 öğün, üzüm pekmezi tahin yiyiniz.

Burun Alerjisi Tedavisi

Burun alerjisi yani burun akıntısı ve aşırı hapşırmadır.

1. Bıngıldağı banyodayken çok sıcak suyun altında tutun. (İlk günlerde şiddetlenecektir sonra yavaş yavaş düzelecektir.)

2. Menekşe yağını bıngıldağa sürün.

3. Nane esansını ya da demlenmiş naneyi alnınıza sürün.

Sesi Isıtma ve Yumuşatma Tedavisi

1. Keten tohumunu jel kıvamını alana dek kaynatın sonra bal katın ve sesinizi kullanmak istediğinizde yiyiniz. (Bu reçete ses yorulması ve tiz sesi kalınlaştırmak içindir.)

2. Eğer süreci hızlandırmak istiyorsanız: Boğazın alt kısmını gül yağıyla yağlamanızı öneriririz.

Ses Sanatçıları ve Spikerler için Ses Takviyesi Tedavisi

1. Akşamları sıcak mizaçlı gıdalar yiyiniz.

2. Programdan önce bir miktar balı yavaş yavaş tadımlayın veya bal şerbetini yudumlayarak içiniz, koşu yaparken ya da dağ yürüyüşüne çıkarken nefeslenmeye başladığınızda bal şerbeti içiniz ve profesyonel olarak sesinizi çalıştırın (ya da şarkı söyleyin).

3. Kamera önüne geçmeden önce güzel bir uyku uyuyunuz ve sıcak mizaçlı gıdalar yiyiniz ki bu süre zarfında sesiniz ısınmış olsun.

Kardiyovasküler (Kalp – Damar) Hastalıkları

Kalp Damar Tıkanıklığı Tedavisi

Aşağıdaki yöntemlerle bir hayli kalp hastalığı iyileşmiştir.

1. 10 ölçek limon suyu + 7 ölçek sarımsak + 3 ölçek bal + gerektiği ölçüde safran. Bu karışım sıcak ve soğuk tıkanıkları gidermede mucizevi etki yaratmaktadır.

2. Sonrasında gevşetici de vermeliyiz ki gevşeticiden kasıt "şunisel" karışımıdır: 4 ölçek çörek otu yağı ya da kokulu zeytin yağı + 2 ölçek bal + 1 ölçek doğal üzüm sirkesi (her 8 saatte bir, bir yemek kaşığı kadar, 120 gün boyunca)

3. Genel sirkengebin içiniz (sabah akşam bir su bardağı).

4. Kürek kemiği/omuz kupa terapisi, bir gün arayla, 21 kez.

5. 3 kez genel hacamat, ayda bir kez.

6. Üçüncü hacamattan bir ay sonra, 14 tane sülüğü genel hacamat bölgesine atın.

7. Ciddi manada soğuk mizaçlı gıdalara ara verin.

8. Haftada beş öğün, kahvaltıda tahin pekmez yiyiniz.

9. Eğer sorun tamamen giderilmemişse, geleneksel tıp hekiminin tanısıyla kalbin üzerine 7 adet sülük attırın.

UYARI: 1 yıldan fazla süren durumlarda, limon suyu yerine doğal sirke daha iyidir ve bir yıldan az durumlar için limon daha iyidir.

UYARI: Sarımsak + limon suyu + bal + safran karışımını inme geçiren hastalara da veriyoruz.

UYARI: Eğer sarımsağı pişirirseniz etkisini daha çabuk gösterir eğer pişirmezseniz de sakıncası yok.

Kalp Zafiyeti Tedavisi

Zafiyetli kalp yani kalbin soğuk olmasıdır ki nabız azdır ve kişide halsizlik görülür. Kalbi güçlü olan biri sinirlendiğinde, saldırganlaşır ve sinirlenmesinden dolayı bitkin düşmez ancak kalbi güçsüz olan biri sinirlendiğinde bitkinleşir ve düşer. Tedavisi şöyledir:

1. Akşamları bir yemek kaşığı üzerlik tohumunu bir su bardağıyla birlikte yutun.

2. Safranlı bal şerbeti (her 8 saatte bir)

UYARI: Sarımsak turşusu altın suyu kadar değerlidir, eğer 40 gün boyunca bir kaşık kadar yerseniz, artık kalp cerrahisine gerek duymazsınız. Sarımsak sıcaklık ve sirke soğukluktur; ikisi bir araya gelince mutedil olurlar.

Kalp Krizi Tedavisi

1. Dusin (her 8 saatte bir, bir bal kaşığı kadar dusini yavaş yavaş çiğneyin.) Dusin sevdayı gidermesinin yanında tıkanıklığı da açar.

2. Sirkengebin (her sekiz saatte bir, bir su bardağı)

3. Genel hacamat (kalp krizi geçiren birini hacamat yaptığımızda kesinlikle 4 – 12 saat kadar gözetim altında tutulmalıdır. Krizin tekrarlaması nadirdir ama olabilir. Bu durumda tekrardan hacamat ve kupa yaparız (üç kez, bir ay arayla)

4. Tedbiri elden bırakmamak için sülük önerilir, bir hafta sonra 14 tane sülüğü hacamat bölgesine atarız. (Sülükleri bardağın içine bırakıp hacamat bölgesine çevirip yerleştirin, sülükler kendiliğinden tutunacaktır.) Eğer tıkanıklık oranı fazlaysa bir ay sonra sülük işlemini tekrarlayın.

5. Kalp krizi geçiren birisine acil müdahele edebiliriz ve o da şu ki üç yemek kaşığı limon suyu + sarımsak karışımını kriz faktörünü yok etmesi için art arda veririz. Eğer bu tıkanıklığın sebebinin soğukluktan yoksa sıcaklıktan mı kaynaklandığını bilmiyorsak birkaç yönlü çalışırız yani hem dusin ve hem de limon suyu + sarımsak vesaire karışımı veriririz.

Kalp Büyümesi (Kardiyomegali) Tedavisi

Geleneksel tıbba göre kalbin büyümesi balgamın galebesi dolayısıyladır; aşağıdaki maddelere titizlikle uyun:

1. Haftada beş öğün kahvaltıda üzüm pekmezi tahin yiyin.

2. Dusin yiyin, her sekiz saatte bir kaşık (120 gün)

3. Bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatını balla karıştırıp içiniz (120 gün).

4. Günde bir tane aç karnına ayva yiyiniz (120 gün)

5. Soğuk mizaçlı gıdalardan ciddi anlamda uzak durunuz (80 gün)

Kalp Kapağı Sarkması Tedavisi

Bu hastalık soğukluğun şiddetinden kaynaklanır:

1. Sıcak mizaçlı gıdalar yiyiniz.

2. Ek tedavisi bir gün arayla kupa terapisidir.

Kalp Atımının Artması (Taşikardi) Tedavisi

Kalbin hızlı atması aşırı safra dolayısıyladır.

1. Eğer atım dolu olursa: Akşamları sirkengebin içiniz.

2. Kalp atım artışı zafiyetle birlikte olursa “safranlı sirkengebini” önerilir.

3. Genel hacamat yaptırın, iki hafta sonra genel hacamat bölgesine 14 tane sülük atın.

Stres Tedavisi

Bu hastalık soğukluktan kaynaklanır ve safra mizaçlılarda nadir görülür ve görülürse iştah artışıyla birlikte olur ki tedavi noktasında sıcak mizaçlı gıdalar yemelidirler.

Endişe (Anksiyete) Tedavisi

1. Eğer endişe sıcak olursa ishal ve karın ağrısı meydana getirir ve tedavisi akşamları sirkengebin içmektedir.

2. Eğer soğuk olursa zafiyet ve gam meydana getirir ve tedavisi akşamları üzerlik yutmaktadır.

NOT: Bir sonraki bölümde “kan hastalıkları” işlenecektir. Kan hastalıklarına “diyabet” hastalığı da dahildir ve ayrıntılı bir şekilde bahsedilmiştir.

Muhlasin 28-02-2018

Selamlar, üzerliğin kullanılan kısmı tohumudur, üzerlik otundan kastı da tohum kısmıdır.

Hasan yıldırım 26-02-2018

Üzerlik yağı yapımında üzerlik otu ilemi yoksa üzerlik tohumu ilemi yapıcaz

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Üçüncü Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Üçüncü Bölüm)

02 Mart 2018

Hepatit Çeşitleri Tedavisi

Günde iki ya da üç su bardağı sirkencübin içiniz (her sekiz saatte)

Günlük olarak üç bal kaşığı şu karışımdan yiyiniz:

Üç ölçek bal + bir ölçek az dövülmüş çörek otu + yarım ölçek doğal üzüm sirkesi

Üç seans hacamat yaptırın, ayda bir kez (hacamatın kameri ayın 17. 19. günlerinde yaptırılması daha uygundur)

Tedavi süresi 4 – 6 ay kadardır.

UYARI: Her üç ayda bir virüs sayısını belirten test yaptırın, böylelikle virüsün azalışını müşahede edin.

Kan Üresi Tedavisi

Kaynatılmış sumak önerilir.

Trombosit Düşüklüğü Tedavisi

2 ölçek deve beyni + 1 ölçek koyun beyni karışımını pişirin ve sonra ezin. Bu karışımdan günde bir bal kaşığı ya da bir yemek kaşığı kadar trombosit miktarına göre yiyin. 40 gün sonra test verin ve trombosit artışını müşahede edin. Eğer ihtiyaç olursa bir etap daha tekrarlayın.

Genel olarak sıcak gıda tüketimi trombosit artışına neden olur. Aralarında en iyisi üzüm pekmezi - tahindir.

Trombosit Yüksekliği Tedavisi

Akşam yemeğinden bir saat sonra sirkencübin içiniz (120 akşam)

2 ya da 3 kez genel hacamat yaptırın, her 40 günde bir

UYARI: Sevda yapan gıdalardan uzak durun; patlıcan, çay, dana ve inek eti, mercimek, salam, sosis vbg.

Kan Yoğunluğu Tedavisi

Buruk tatlar yiyin; nar, sirkencübin, berberis suyu, kivi suyu gibi.

Yürüyüş

Genel hacamat, 2 ya da 3 kez, ayda bir kez.

Tansiyon Tedavisi

Safra eğer az olursa kan katı/yoğun olur ve besin uygun şekilde kılcal damarlara iletilmez ve bu yüzden eller, ayaklar ve parmak uçları soğur ve sonuç itibariyle imtila ve doluluk oluşur ve kan basıncı/tansiyon meydana gelir. Eğer bu doluluğa sebep olan maddede dem çoğunluktaysa sıcak tansiyon olarak adlandırılır eğer balgam olursa soğuk tansiyon olarak adlandırılır.

Safra Düşüklüğünün Belirtileri

Yüz rengi beyaz olur.

Nabız atımı azdır ve nabız yüksekliği de azdır.

İştah fazladır.

Böyle biri çabuk yorulur.

Havalar soğuduğunda sık idrara çıkar ve gecenin bir vaktinde tuvalet ihtiyacı duyar.

Kişide bölgesel uyuşma görülür.

Aşırı uyur.

Tahammülsüzdür.

Kararsızdır.

Ani tepki verir.

Alıngandır.

Bunalım, olumsuz düşünür ve kötü rüyalar görür.

Sıcak Tansiyon Belirtileri

Yüz al olur.

Sistolik kan basıncı artar

Gözler kızarır.

Dudaklar allaşır ve hatta yarık oluşur.

Diş eti kanlanır hatta dişleri fırçalarken kan gelir.

Boyun damarı belirgin olur.

Başta aşırı derecede ağırlık meydana gelir ve hatta iç damar yırtılması dahi görülebilir ve baygınlığa sebebiyet verir.

Sıcak Tansiyon Tedavisi

Bu tip kan basıncı demevi mizaçlara özgüdür:

Sirkencübin içiniz ya da yemeğin yanında sirke tüketiniz.

2 ya da 3 kez genel hacamat, eğer hacamat yaptıracak olan kadınsa ayda bir kez ve eğer erkekse iki haftada bir yaptırsın.

Öğle yemeğini iptal edin.

Ballı çörek otu yiyin (her 8 saatte bir)

Eğer tansiyon çok yükselirse parmak uçlarına iğne batırın.

Soğuk Tansiyonun Belirtileri

Ağırlık

Diyastolik basınç artışı

Vücut yorgunluğu özellikle de beyinsel yorgunluk

Aşırı uyuma görülebilir.

Kalp atımı yavaştır.

Atımlar arasındaki ara fazladır.

Soğuk Tansiyon Tedavisi

Bu tip tansiyon balgam mizaçlılara özgüdür; tedavisi şöyledir:

Sıcak mizaçlı gıdalar yiyin.

Sinirleri, safran şerbeti, portakal çiçeği hidrolatı ya da limon otu hidrolatı ile tedavi edin.

Ballı çörek otu yiyiniz (her sekiz saatte bir)

Klasik Tıpta Tansiyon İçin Tedavi Yöntemi

Klasik tıpta tansiyon hastalığını tedavi etmiyorlar, damarları genişletiyorlar. Bazısı ustaca davranıp genişletici bir ilaç ve seyreltici bir ilaç veriyor ve bu yüzden her iki tansiyon hastalarına etki ediyor ama tedavi edici değil, hatta tüm vücutta gevşeklik gibi yan etkisi de var. Bir ay boyunca tansiyon hapı kullananların vücutları gevşer, kalp atımı değişir, güçsüzleşir, uykuları artar ve irade zayıflığına tutulurlar.

İslam Tıbbında, damarları genişleten bitki, çörek otudur. Ama bu tansiyonun tedavisi değil. Çörek otunun en iyi kullanım şekli; bir ölçek dövülmüş çörek otu + üç ölçek bal, her akşam bir bal kaşığı kadar olacak. Eğer çörek otunun kendisini çiğnerseniz anında tansiyonu düşürür (12 ile 19 adet, yavaş yavaş çiğnensin) ve eğer çiğnemezseniz tansiyonu düşürmediği gibi aksine yükseltir de, zira çörek otu sıcaktır ve vücutta sıcaklığı işler ve içerisindeki madde yayılmadığından tansiyonu düşürmez.

Tansiyonun Acil Tedavileri

Baş parmağı ve işaret parmağı arasını 3 - 4 dakika bastırın.

Parmak uçlarına birkaç damla kan gelene kadar iğne batırın.

12 – 20 adet çörek otunu dişlerinizle çiğneyin, böylece tansiyon hızlı bir şekilde düşer.

Ekşi tatlar; sirke, limon suyu, koruk suyu ve turunç suyu vbg. acil durumlarda yardımcı olacaktır.

Değişken Kan Basıncı Tedavisi

Dusin, her on iki saatte bir bal kaşığı.

Diyabet Tedavisi

Dem ve balgam hıltında nemlilik bulunur ve bu nemlilik sevda olmaya müsaittir, o halde organlarda balgamın sürekliliği sevdayı meydana getirir ve bu tür sevda balgam türünden olduğundan uç organlarda meydana gelir; sevdaya dönüştüğünde öncelikle pankreas (insülin üreten bez) önünde çökelir ve insülin üreten bezin performansının düşmesine ve üretiminin engellenmesine neden olur ve diyabete yol açar; ilk bozulan bölge ayaktır ki karıncalanma ve uyuşma görülür. Yani balgam yoğunlaştı ve alt organlarda çökeldi ve yarı uyuşma meydana getirdi. İnsülinin vücuttaki rolü, sirkenin kap kacak üzerindeki rolü gibidir; nasıl ki kap kacağı sirkede kaynatıyorsanız ve kap kacaktaki kalıntıları temiz ediyorsa, insülin de damarları aynı şekilde arındırır. Safranın sıcaklığı vücutta hıltın

çökelmesine engel olur ve damar tıkanıklığının önünü alır. Öyleyse diyabetin görülmesinin ana faktörü safranın azalmasıdır ve safra tekdüze tüm vücuda yayılmadığından, parmak uçları gibi, sonuç itibariyle azıcık kaşıntı olsa onarılmaz zira kan iletimi olmaz. Onarılmadığından dolayı enfeksiyon yayılır.

O halde safra mizaçlılar diyabete yakalanmaz veya periyodik olurlar ve kısa bir dönem diyabet olurlar sonra iyileşirler. Ancak dem ve balgam mizaçlılar diyabete yakalanırlar.

Diyabetin yol açtığı sorunlardan biri de görme bozukluğudur; diyabette safra beyinde azaldığından ve kristalize balgama neden olduğundan dolayı göze kan iletimini azaltır ve görme bozukluğuna sebebiyet verir.

Diyabet, cinsel isteksizlik üzerinde de etkilidir.

Klasik tıpta da diyabete dair tanımlama getirmişlerdir: Zayıflar ve kilolular

Kilolular ya balgam mizaçlıdırlar ya da demevidirler. Zayıf kişiler, ya sevda mizaçlıdırlar ya da safra mizaçlıdırlar.*

*Mizaç adlarını adlandırırken ister istemez orijin dili olan Arapça şeklini de yeri gelince getirmekteyiz. Şöyle ki, safraviden kasıt kişinin safra mizaçlı oluşu, kan ya da "dem" mizaçlının karşılığı da demevi oluyor. Diğer iki mizaç adı da şöyle; balgami, sevdavi. Farklı adlandırmalar da üretilebilir elbette, önemli olan anlaşılabilir olması ve temel kalıplardan sapmaması. Kullanılan kavramların dilimize uygun kalıplara giydirilmesi "zihinler için sadeleştirilme" olarak görülebilir. Bu çeviride de baz alınan ana amaç "sadelik"tir zaten. Ancak pekiştirici olması ve Modern tıbbın günümüz terimleriyle eşleştirilmesi nedeniyle yeri gelince kavramların hem halk dili karşılığı hem Modern tıp literatüründeki karşlığı birlikte getirilmektedir.

Diyabet iki türdür; soğuk diyabet ya da sinirsel diyabet ve sıcak diyabet.

Soğuk ya da Sinirsel Diyabet

Sinirsel diyabet soğukluktan kaynaklanır ve eğer diyabet soğuk olursa, stresle beraber kendini gösterir, bu tür diyabet kadınlarda sıklıkla görülmektedir ve beyaz tenli ve kilolu kişiler bu tür diyabete yakalanırlar, bu kişiler kan şekeri düşmesine müsait yapıdadırlar ve belirtisi de tatlı şeyleri sevmeleridir ve kan şekeri düşünce sinirli olurlar ve sebatsızlık gösterirler. Hastanın cildi beyaz, damarlar gizli, saç/kıl dağılımı seyrek ve nabız yavaştır, sıcak şeylere isteklidirler zira soğuk mizaçlıdırlar. Sinirler bakımından hassas/dirençsiz olanlar soğuk mizaçlıdırlar. Bireylerin tahammülünü ya da toplumun tahammül katsayısını artırmak için safrayı artırmalıyız (kışları tahin

pekmez yemeli). Beyin zarında soğukluk ve sıcaklık çok çabuk etki eder bu yüzden koku ya da sıcak tütsülerle (tuzla üzerlik) ya da soğuk tütsülerle çabuk netice alırız; dolayısıyla yolculuklarda yolculuk kaygısını gidermek adına üzerlik tütsüsü yakarlar.

Diyabeti şiddetlendiren şeyler soğuk mizaçlı gıdalardır, dolayısıyla sıcak mizaçlı gıdalar kullanılmalıdır; yiyecek türünden sıcak gıdalar, davranışsal, kokusal, sürülecek gıdalar

Soğuk Diyabetin Belirtileri

Cinsel performans düşüklüğü

Vücut performansının düşüklüğü

Çabuk yorulma

Kaygı

Sinirlilik

Yüz ve vücutta şişkinlik

Kilolu olma

Eğer bu belirtiler gebelik esnasında oluşursa yani gebesi soğuk (kız) demektir. Dolayısıyla bir soğukluk vardı, bir diğer soğukluk eklendi.

Erkeklerde de sıklıkla görülen diyabet türü de soğuk diyabettir.

Bedende oluşan sevda, pankreası etkiler yani pankreas sevdavi olur ve insülinin salgılanmasını engeller. Soğuk diyabet; soğuk sevdadan, sıcak diyabet; sıcak sevdadan meydana gelir, bu açıdan insülin sevda karşıtı bir maddedir. Sevda karşıtı olan her ilaç insülin gibi işlev görür. Sirke de sevda karşıtıdır. “Beh-sin” de soğuk sevda karşıtıdır; içermiş olduğu sirkesi sevda karşıtıdır ve “beh; ayva” ayvası da derinlere işler. Hiçbir ilaç “behsin” kadar hızlı etki etmez özellikle de şekerin çok yükseldiği acil durumlarda.

Soğuk diyabette, kan şekeri düşmesinden ve sıcak diyabette kan şekeri yükselmesinden endişe duyulur ama soğuk diyabetlerde, kan şekeri düşmesi ağır yan etkilere neden olmaktadır hatta hasta komaya bile girebilir, bu yüzden bu tip hastalar yanlarında hurma ve bal bulundurmalıdırlar, kendilerini kötü hissetmeye başladıklarında, ağır kan şekeri düşüşü yaşamamak için hurma ve bal tüketmelidirler.

Bu kişilerde bazen şeker yükselmesi görülebilir ve bir miktar insülin vururlar ama devamında vurduğu aynı miktar yeterli gelmez ve bu yüzden çoğunlukla devamında aynı miktarı kullanırlar ve kan şekerleri düşer, bu durumda hurma ve bal yerseniz kan şekeri düşmesi giderilmiş olur.

Erkeklerde, her iki tür diyabetin belirtileri görülebilir bu yüzden karışım ilaçlar veririz; behsin gibi. Bir iki hafta sonra diyabet türünü anladığımızda özel ilacını veririz. O halde diyabet tedavisi, safranın üretilmesidir ve safrayı üreten gıdalardan biri de baldır, balın çabuk emilmesi için balı suyla karıştırırız. Eğer doğal bal bulunursa, diyabetin kesin tedavisi olabilir. Bal sabah aç karnınadır, üzerlik de akşamlarıdır.

Tedavide sevda karşıtı sıcak ilaçlar kullanmalıyız ve nüfuz eden tüm sıcak tabiatlı ilaçlar diyabet karşıtı ilaçlardır; ısırgan, çemen otu, zeytin yaprağı gibi. Ama zencefil kırk günden fazla kullanılmamalıdır, çünkü kurudur.

UYARI: Vücut organlarına hızlı iletilmesini istediğimiz her gıdayı/besini balla karıştırırız. Mesela safranı kalbe iletmek istediğimizde safranlı ballı su kalbe gider ve beyne iletmek istediğimizde lavantalı ballı su beyne iletilir ve beyni takviye etmek istersek badem tozu ile birlikte ballı su beyni güçlendirir.

Sıcak Davranışlarda: En iyi sıcak davranış yürüyüştür ki sevdanın yer değiştirmesine neden olur.

Diyabet, öncelikle soğukları hedef alır ve soğukluğun ilk ortaya çıkması 35 yaşlarında olur ama soğuk çocuklarda da diyabet görülebilir.

UYARI: Diyabet ve tansiyon kalıtsal da olsa tedavisi mümkündür. Bu hastalık kalıtsaldır ve tedavisi yoktur demek tamamen temelsiz ve çürük bir iddiadır.

Diyabetten Kaynaklanan Kemik Eğrilmesi

Diyabette eğer kemik toplanırsa yani kemik sevdalı olmuş demektir ve bu da soğuk diyabete örnektir. Uyku esnasında toplanarak yatanlar sevdadırlar.

Bu hastalığın tedavisinde, yağlama yöntemi ve sıcak mizaçlı gıdalar kullanılmalıdır.

Gebelik Diyabeti Tedavisi

Kadınlarda görülen diyabetin tümü soğuktur hatta sıcak mizaçlı kadınlarda görülen diyabetin tipi de soğuktur.

Hamilelikte diyabet de tamamen soğuk tip diyabettir ki gebenin, vücudun ve yiyilen gıdaların soğuk olmasından meydana gelir. Bu tür hastaları diyabet karşıtı sıcak ilaçlarla sıcak ederiz; ısırgan, çemen otu gibi gıdalarla tedavi edilir (bu ilaçlar hamilelikte de yenilebilir) ve şiddetli soğuk mizaçlı gıdaları yasaklarız.

Çocukluk Çağı Diyabeti

Çocuklarda görülen diyabet de aynı kaideye bağlıdır yani rahim soğuk idi ve diyabete müsait oldu ve yediği gıdalar da soğuk mizaçlıydı ve çocuğu da diyabetli oldu.

Evde kalan çocuklar kederlenir ve diyabete yakalnırlar.

Bu tür diyabet hastalarının (soğuk) kan şekeri düşme riski yüksektir ve kan şekerinin düşme belirtisi önce başta belirir; sabırsızlık, sebatsızlık, bağırıp çağırma, kendine vurmak, kötü ahlaklı olma gibi. Şeker düşünce beyin hafifler ve istemediği halde bağırır zira beynin sıcaklığı şeker yoluyla beyne iletilir. Yetişkinlerde kan şekeri düşümü havaleye/titremeye sebep olur.

Genel Olarak Soğuk Diyabetin Tedavisi

Aç karnına ve akşamları bal yiyin.

Sıcak mizaçlı gıdalar yiyin.

Sirkencübin (iki öğün)

Demlenmiş zeytin yaprağı

Isırgan (yemeklerde kullanın)

Zencefil (yemeklerde ya da şerbet şeklinde kullanın)

Çemen otu (yemeklerde ya da üç öğün, ısırgan ve çemen otunu ezin ve her öğünde yemekten önce suyla birlikte bir bal kaşığı kadar yiyin.)

Beh-sin (üç öğün ve her öğünde bir yemek kaşığı kadar yiyiniz)

Boğa dikeni her iki diyabetin en hızlı azaltıcısıdır ve yemeğin sindirimine çok iyi gelir.

Civanperçemi de diyabet için iyidir ama “nüfuz etmeyen balgamı” azaltır.

Şu karışım her iki diyabet için ve gebelik diyabeti için çok yararlıdır; ısırgan yaprağı, çemen otu tohumu, tüylü kısamahmut, yavşan, löşlek kökü (4 ölçek); kişniş tohumu (1 ölçek), malzemeleri az dövün ve her tükettiğinizde (gündüzleri kahvaltıdan yarım saat önce ve akşamları uyumadan önce) bir yemek kaşığı tozu bir buçuk su bardağı su ile 10 dakika orta ateşte bir su bardağı kalacak şekilde kaynatın. Sonra, ilacı süzün ve sıcakken içiniz. Eğer bu ilacın kullanımı kimyasal tedaviden önce başlanırsa üç ay kullanımla esaslı tedavi imkanı vardır. İlacı kullanırken her türlü kimyasal ilaç kullanımı doktorun izni dahilinde olmalıdır. İlacı kullandıktan sonra ilk yirmi gün içerisinde hastanın FBS (açlık kan şekeri) değeri artış gösterebilir. Hastanın genel durumu iyiye doğru gittiği takdirde ilaç kullanımına devam edilmelidir. 45 gün sonra tekrardan kan şekeri oranı düşüş gösterecektir. Bu ilacı kullanırken diyabet müleyyini kullanımı iyidir. Diyabet nefsani etkilerden kaynaklanırsa, ilacın sirkengebin gibi sevda sökücü ile birlikte olması iyidir.

Diyabet müleyyini (yumuşatıcı): Ebu Cehil karpuzu/Hanzal (kabuk ve tohum olmadan), kitre, nişasta, Arap zamkı, rezeneyi alın tümünü toz haline getirin ve öğle yemeğinden önce bir çay kaşığı kadar tüketin.

UYARI: Karın ağrısı görüldüğü takdirde bir su bardağı kaynamış su içiniz.

UYARI: İlaç 500 mg'dan fazla tüketilirse kanlı ishal görülme olasılığı bulunur.

Sıcak Diyabet

Demevi kişilerde ve erkeklerde genellikle görülüyor. Sıcak diyabet toplumda şimdi yok, çoğunlukla soğuklar. Eğer kadınlarda olursa, hepsi soğuk tip diyabettir.

Sıcak Diyabetin Belirtileri:

Susuzluk

İştahsızlık

Aşırı Zayıflık

Bu tip diyabette de insülin vuruyorlar ve ölçüsünün kanla ayarlanması gerekir. İnsülinin karşılığı sirkedir. Eğer insülin fazla olursa kanallar çok açık olur ve kişinin şekeri düşer; şeker düşünce hastada gevşeme, halsizlik, sebatsızlık ve tahammülsüzlük olur, dolayısıyla hasta başına vurmayı ister.

Sıcak Diyabetin Tedavisi

Her yemekten sonra bir kaşık sirke yiyin.

Hacamat (12 gün sirke ya da sirkengebin yedikten sonra hacamat yaptırsın.)

Behsin yiyin (Ayvayı sirkede pişirin, ezin ve sabah akşam bir kaşık yiyin.) *Beh:Ayva

Her iki tip diyabette aşağıdaki uyarılara uymaya özen gösteriniz:

Akşam vaktinde uyuyunuz.

Zamanında ve yeterli ölçüde uyuyunuz (az uyumak da sevda meydana getirir).

Sabah ezanı (fecr-i sadık) ile güneşin doğuşu arasındaki sürede uyumaktan kaçının zira sevda meydana getiriyor dolayısıyla diyabet ve unutkanlığa yol açıyor.

Hareketsizlik ve süregelen üzüntü sevda yaptığından diyabete sebep olur.

Aç olmadan yemek yemeyin ve yeteri miktarda yiyin ve doymadan sofradan kalkın, çünkü derin sevda tokluğun etkisiyle meydana gelir ve diyabete yol açar.

Yemeği tam olarak çiğneyin. Eğer yemek iyi çiğnenmezse ağız suyu yemekle karışmaz ve latif hılt meydana gelmez, sonuçta başlıca organlar, pankreas gibi, beslenmez ve insülin de üretilemez ve söz konusu bölgede tıkanıklık görülür.

Yemek esnasında su içmeyiniz zira su ağız suyunun salgılanmamasına neden olur ve ağız suyu olmadan yemek sevdaya sebebiyet verir, sonuçta diyabet görülür.

Tuz, yemekten önce ve sonra olmalıdır. Tuz, yemeğin derinlere işlemesi için gerekli bir etkendir ve çevresel sevdayı temizler, tuz tüketmediğimizde ağız kanalları sevdavi olur ve git gide çökelir ve diyabete yol açar.

Katı ve sıvı yağlardan ciddi manada uzak durun çünkü bu tür yağlarda palm yağı kullanılmaktadır ve bu yağlar 60 – 70 dereceye kadar erimezler, bedene girdiklerinde bedende kalırlar ve damarlarda çökelirler ve tıkanıklığa yol açarlar ve birçok hastalığı ardı sıra getirirler.

Yemeklerden sonra bir kaşık sirke, diyabet, tansiyon ve karaciğer yağlanması üzerinde etkilidir ve sevda sökücüdür; hem derinsel hem de derisel. Ama soğuk mizaçlı kişilerde kalp çarpıntısına neden olur, dolayısıyla sirke pekmezi yemeliler. (Sentetik sirkenin sökücü/arındırıcı özelliği çok olduğundan zararlıdır.) Eğer deriyi banyodan önce yağlarsanız deri sevdası pişer ve sonra eğer banyoda sirke sürerseniz pişen sevda arınır. O halde halis sirke art arda olursa cilt kuruluğuna neden olur.

Yürüyüş sevdanın yer değiştirmesine neden olduğundan her iki diyabet için yararlıdır.

Behsin yiyin.

Boğadikeni yiyin.

Eğer yukarıdaki uyarılara uyarsanız ya diyabete yakalanmazsınız veyahut yakalanmışsanız tedavi olursunuz inşallah.

Üstad Bakırı'nin Diyabet Tedavisi İçin Reçetesi

Şeker hastalığının tedavisi için bu öneriler denenmiştir, yediğinize içtiğinize dikkat etmeniz şartıyla.

Bir çay kaşığı üzerliği bir su bardağı suyla yutun.

Bir fincan şahtere hidrolatı + iki yemek kaşığı süpürge otu tohumu alın ve karıştırın ve her gün aç karnına bir su bardağı için.

Ceviz içi arasında yer alan zarları ayırın ve suyla kaynatın ve günde bir çay bardağı kadar için. Ceviz hidrolatı diyabet tedavisinde şaşırtıcı etkiye sahiptir.

Çemen otu tohumunu toz haline getirin ve sabahları bir miskal ölçünde (yaklaşık olarak 5 gram) ve akşamları uyumadan önce yarım miskal yiyin.

Kolestrol ve Trigliserit Tedavisi (Denenmiş)

Trigliserit soğuk hılt olup kolestrol sıcak hılttır ve bu açıdan bakınca hacamat yaptığımızda kolestrol azalırken trigliseritte azalma görülmez ancak sıcak mizaçlı gıdalar yiyerek trigliserit de azalır ve fasd (damar kesme) yapınca ya da sıcak mizaçlı gıda yiyince hem kolestrol hem de trigliserit düşer (demevi mizaçlarda genellikle her ikisi de yüksektir). Tedavisi:

Her sabah aç karnına bir elma yiyiniz.

Yemeğin yanında çiğ sarımsak yiyiniz ki en iyi ilaçtır.

Günlük olarak her öğünden önce bir çay bardağı löşlek hidrolatı içiniz.

Günlük olarak 40 adet hünnabı suda kaynatıp içiniz.

Zehir Karşıtı Doğal İlaç

Tarçın ve bal karışımın birçok özelliği bulunmaktadır. “Prevention” web adresine göre bu ikisinin tüketiminin önemini göz ardı etmemeliyiz, bu yüzden önerildiği üzere bunları günlük yemek programına eklemeliyiz.

Bal ve tarçından eşit ölçüde tüketmek işitme sorunlarının iyileşmesine yardımcı olur.

Bedendeki zehirin birikmesiyle akne meydana gelir. (Ilık su + bal + tarçın) karışımı bu zehirleri bedenden dışarı atar, bu karışımı bölgesel olarak sürebilirsiniz.

Yeterli ölçüde suyla karışan bu iki madde bedendeki zehirleri dışarı atar.

Tarçın ve bal tüketimi bağışıklık sistemini güçlendirir.

2 bal kaşığı tarçın tozu ve 2 yemek kaşığı bal ve çay karışımı anında ve etkili olarak kolestrol oranını düşürür.

Kabızlığın giderilmesi için, ılık suyu biraz bal ve tarçınla karıştırın ve bu içeceği düzenli olarak tüketin.

Bu iki maddenin iltihap karşıtı özelliği vardır, bu yüzden artrit ağrısının yatışması için, günde iki kez tarçın tozu, bal ve ılık su karışımınından tüketiniz.

Mide ülseri, düzensiz yemek yeme alışkanlığından ve kronik asiditeden meydana gelir. Bu iki madde karışımını tüketerek mide yarasını/ülserini tedavi edebilirsiniz.

Kanser hücreleri şekerle beslenir, bu açıdan şeker yerine bal tüketmeniz daha iyidir.

Bu iki maddenin tüketimi, mide gazının çıkışının doğal yoludur ve kan damarlarını yığılmış yağdan arındırır. Böylece kalp sağlığının korunmasına yardımcı olur.

Şeker tüketimi yalancı enerji meydana getirir ki hızlı bir biçimde erir gider, oysaki bu iki maddeden edilen enerjinin kalıcığı daha fazladır ve aşırı yorgunlukla rekabet eder.

Hazımsızlık, yaygın bir problem halini aldı. Bu iki maddenin tüketimi midedeki sindirim enzimlerinin çalışmasını sağlayacaktır.

Tarçın, sinirleri yatıştırır, bu yüzden uyumadan önce bir su bardağı ılık sütü bal ve tarçınla birlikte içiniz.

Zayıflamak için, yiycecklerde şeker yerine bal tüketin.

Her iki maddenin karışımı ve biraz da reyhan, soğuk algınlığı ve öksürüğü tedavi eder.

Kahvaltıdan yarım saat önce ve uyumadan önce, kaynamış su, bal ve tarçın karışımı için ki böylelikle yağlar erisin.

Akrep ve Yılan Isırması Sonucu Zehirlenme

Isırılan bölgeyi hacamat yapın.

Genel hacamat

Nane hidrolatı + bal (her 4 saatte bir su bardağı, 24 saat sonra, her sekiz saatte bir bir su bardağı için, 7 gün boyunca)

UYARI: Zehirlenmelerde, en iyi yiyecek elma suyudur. Sarı akreplerin zehri sıcak tabiatlı olduğundan tedavi noktasında, hacamattan sonra tuz dökün ve sonra sirkeyle yıkayın; tuz zehri en derinlerden dışarı çeker. Siyah akrebin zehri soğuktur ve tuz bunun için de faydalıdır. Eğer engerek yılanı ısırırsa ısırılan yere tuz serpin, çünkü bu yılanların zehri soğuktur ve eğer Echis yılanı (testere pullu engerek) ısırırsa sirkeyle yıkarız, nane de hem yiyecek olarak hem de bölgesel olarak tedavide yardımcı olabilir.

Kansızlık Tedavisi

Sıcak ve yaş gıdalar tüketin.

Buğday çorbası

Bal şerbeti

Kırmızı elmayı metal olmayan kapta rendeleyin ve misk söğüdü hidrolatı ve bal ilave edin ve yiyin.

Badem (7 tane çiğnensin)

Pancar yiyin (kırmızı ya da sarı)

Üstad Bakırı'nin Reçetesi: Zencefil, tarçın ve muskatı (cevz-i bevva) eşit ölçülerde alın ve ezin ve karıştırın, her gün yemekten önce üç öğün biraz tuzla kaynatılmış yeşil mercimeğin suyuyla birlikte için, bu reçete doğumdan sonra kansızlık ve demir eksikliği yaşayan kadınlar üzerinde oldukça denenmiştir.

Yanlış İğne Tedavisi

İğne vurulan bölgeye bölgesel hacamat yapın.

NOT: Bir sonraki bölüm "solunum hastalıkları"ndan devam edecektir.

Admin 27-09-2018

Mehmet Bey, dusin Farsça'da, du "iki" demek oluyor, sin için ise iki sin harfi kastediliyor; siyahdane yani çörek otu ve asel yani bal. Kitap boyunca birkaç kez bahsedildiği için diğer bölümlerde

bahsetmedik. Dusin tarifinde, üç ölçek bal ve bir ölçek yarı öğütülmüş çörek otu gerekiyor. Ölçeği kendiniz belirleyebilirsiniz, isterseniz kaşık ya da isterseniz mini kase kullanın. Sağlıcakla kalınız

MEHMET BİLMEN 25-09-2018

Dusin nedir yazınızda çok geçiyor. slmlar...

Muhlasin 17-03-2018

Şimdilik bulamadım, bulunca inşallah sitede belirtirim.

reyhan e. 02-03-2018

behsin'in tam tarifi var mı?

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Dördüncü Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Dördüncü Bölüm)

03 Nisan 2018

Solunum Yolu Hastalıkları

Kanlı Öksürük (Hemoptizi)

Safra akciğerlerde arttığında, öksüren kimse, kuruluğun şiddeti dolayısıyla cidarlarda çatlama oluşur ve kanamaya yol açar. Bu tip hastalığın tedavisi şöyledir: Onarım ve rutubet sağlamaktır ki bunu sağlayan da "sinirli ot yaprağı aşı"dır. Sinirli ot yaprağı çok güçlü onarıcıdır ancak bu otun yaprağı yaygın olmadığından ötürü tohumu kullanılır (sinirli ot tohumu ve naneyi [naneden kastı muhtemelen hidrolatıdır] kaynatın ve iki saatte bir, bir su bardağı kadar içiniz) Ancak yaprağı daha güçlüdür. Sinirli ot tohumunun maksimum kullanım ölçüsü bir yemek kaşığı kadardır ancak yaprağı için bir kaşık yeterli olmaz bu yüzden su içerisinde helmelenecek ölçüde olmalıdır. Bazen bu kanama yüksek zafiyetten doğar ki kontrol edilemez. Böyle bir durumda bu hastalığı "yaprak soğanı / frenk soğanı" ile tedavi ederiz. Yaprak soğanının pıhtılaşma katsayısı çok yüksektir, yaprak soğanı suyu acil durumları tedavi eder ve acil olmayan durumlarda ise; yaprak soğanı mücveri (kükü) ve yaprak soğanı aşıdır, K vitamini çok yüksektir, hatta yoncadan daha yüksektir.

Kırmızı küçük soğanı balla karıştırıp yemek faydalıdır. 7 ile 14 gün arası (rendelenmemelidir). Soğan hıltı akciğerlerde baskılayıp boşaltabilir. Bunun çorbasını yapabilirsiniz: Soğan + şalgam + yağ + buğday + arpa. Bu çorba şalgam aşının özelliğini taşır.

Akciğer Enfeksiyonu, Astım, Bronşit ve Akciğerlerde Sıvı Toplanması (Plevral Efüzyon)

Üstad Hayrendiş'in Reçetesi

Derin nefes alma (Günde 40 kez)

Kış aylarında soğuk havada nefes alın ve yaz aylarında sıcak havada nefes alın

Dusin, günde 2 bal kaşığı, her 12 saatte bir (40 – 120 gün)

Soğuk mizaçlı gıdaları yemekten kaçının özellikle de sevda yapıcı gıdaları (40 akşam)

Akciğerlerin üzerini çörek otu yağıyla yağlayın.

Akciğerleri yağladıktan yedi saat sonra akciğer kupa terapisi yapın, bir gün arayla (70 kez)

Terlemek (günde bir ya da iki kez)

Zufa otu demleyin (sabah akşam bir su bardağı)

Arpa aşı ve şalgam aşı (akşamları)

Dumansız nane nargilesi, günde yarım saat (Nargilenin şişe bölümüne su yerine nane hidrolatı koyun, bu arada tütün, duman vbg şeylere gerek yok, eğer dumanı da olsun diyorsanız tütün yerine zeytin yaprağı kullanın. (40 – 120 gün)

Genel hacamat, 1 – 3 seans, hastalığın şiddetine bağlı olarak ayda bir kez.

UYARI: Şiddetli astımlarda haftada üç bardak olmak üzere (iki haftaya kadar) süt veren devenin idrarını içebilirsiniz. Deve idrarı İslam dininde helaldir. Deve idrarı İmam Sadık'ın tavsiyelerindendir. Üstad Hayrendiş de astım hastalığının kesin tedavisini deve idrarında bilmiştir.

UYARI: Akciğer hakkında yeterli açıklama, ilk kısımda "balgam" bölümünde yapılmıştır.

Üstad Bakırî'nin Reçetesi

Günde üç kez ve her defasında bir çay bardağı "çınar hidrolatı" içiniz.

Her altı saatte bir, bir çay bardağı şalgam hidrolatı ve yarpuz hidrolatı karışımı içiniz.

Günde iki adet sarı elmayı ateş üzerinde kabuğu kararana dek ve içi yumuşayana dek pişirin (kebap şeklinde), sonrasında kararan kabuğunu soyun ve içini sıcak sıcak yiyin.

Aşağıdaki malzemeleri eşit ölçüde karıştırın, karışım malzemesinden beş miskalini üç dakika boyunca kaynatın ve yirmi dakika kısık ateşte dem alsın ve günde üç kez ve her defasında bir çay bardağı kadar

içiniz. Malzemeler şöyle: Hatmi çiçeği + malva + hünnap + kekik (diğerlerine göre daha az olacak) + yarpuz + meyan kökü + kuru incir. (Öksürük için kesinlikle incir kullanılmalıdır.)

Aşağıdaki karışımı üç dakika boyunca, eşit ölçülerde olacak şekilde, kaynatın ve yirmi dakika kısık ateşte demleyin ve günde üç kez ve her defasında bir çay bardağı kadar içiniz: Hatmi çiçeği + malva + meyan kökü + yellim ağacı* + zufa otu (hamile kadınlar için zufa iptal edilmelidir) + çiğ soğan + kuru incir + venüssaçı + nilüfer çiçeği

*ÇN: Farsçası "Sepestan" olarak geçer. Bilimsel adı "Cordia myxa"dır. Bizimbitkiler.org.tr adresinde Cordia myxa'nın karşılığı "Yellim ağacı" olarak geçer. Muhtemelen ağacın kullanılan kısmı meyvesidir.

Karaciğer ve Böbrek Hastalıkları

Karaciğer Enzimlerini Düzenlemek İçin

Akşamları sirkengebin içiniz.

Karaciğer Sıcaklığının Tedavisi

Aşırı sıcaklık karaciğerin hasar görmesine neden olur. Aşırı sıcaklık halinde dudaklar kurur, ağız acı olur ve aşırı susuzluk görülür, bu durumda sıcak mizaçlı gıdaları azaltıp ılıman soğukluklar verilmelidir. Tedavisi şöyle:

Yoğurt

Hindiba*

Kara halile + yoğurt hindibadan daha güçlüdür. Akşam yemeğini yedikten sonra ve uyumadan önce bir tane kara halileyi parçalara bölün (toz haline getirmeyin), bir kaşığa dökün ve üzerine de yoğurt döküp karıştırın, sonra bu karışımı yutun.

Eğer sıcaklık giderilmezse baldır hacamatı yaptırın.

*ÇN: Farsçası "Kasni" bilimsel adı; Cichorium intybus'tur. Bizimbitkiler.org.tr adresinde Cichorium intybus'un karşılığı "Hindiba" olarak geçer.

Karaciğer Yağlanması Tedavisi

Karaciğer yağlanması; kötü beslenme, buzlu su içmek, dondurma yemek, karmakarışık yemek, aşırı soğuk gıdaları aşırı sıcak gıdalarla bir arada yemekten meydana gelir. (Böyle bir durumda, karaciğerde yer alan safra karaciğer duvarına nüfuz eder ve zamanla çökelir ve yağ tabakasına dönüşür ve bu tabaka tüm karaciğeri yağlandırır.) Tedavisi şöyledir:

Soğuk gıdalardan uzak durunuz.

Yemek arasında buzlu su içmekten kaçının.

Yürüyüş yapın.

Akşamları sirkengebin için (40 – 120 gün)

Genel hacamat (2 seans)

Eğer karaciğer yağlanması çok ilerlemişse, karaciğere hacamat yaptırın. (Bu genel bir reçetedir.)

Karaciğer yağlanması alkolden ötürü meydana gelmişse: Adasoğanı sirkengebini içiniz; bu ilaç hem ferahlatıcıdır hem de beyindeki sevdayı savar. Sirkengebin bu hastalıkta nüfuz edici olmadığından ötürü bu tür sirkengebin kullanılır.

Karaciğer Kanseri Tedavisi

Karaciğer kanseri yani safranın karaciğere girişidir. Safra kanın organlara iletilmesine engel olduğundan eller ve ayaklar buz gibi olur ama karaciğeri aynı ateş gibi yanar. Tedavisi şöyledir:

İki saatte bir hindiba sirkengebini içiniz (bir su bardağı)

İçecekleri hindiba hidrolatı olmalıdır.

4 saatte bir olmak üzere bir bal kaşığı kadar "dusin" yiyiniz.

Proteinüri (Böbreklerden Protein Atılımı)

Akşamları sirkengebin içiniz.

Dusin yiyin, sabah ve akşam.

Bitkisel yağlardan kaçının, zeytin ve susam yağı kullanın.

Yürüyüş.

Buzlu su içmeyin ve yemek arası su içmekten kaçının.

Böbreklere sıcak kupa terapisi yapın.

Böbrek Taşı ve Ağrısının Giderilmesi İçin Tedavi

Böbrek taşı için her şeyden önce süt mamülleri ve çaydan uzak durun. Sonra aşağıdaki tecrübeyle sabitlenmiş reçeteyi kullanınız.

Akşamları bir su bardağı sirkengebin/sirkencübin içiniz.

Kaydırmalı böbrek sıcak kupa terapisi (Kupayı böbreğin üzerine yerleştirin sonra mesaneye doğru kaydırın ve bunu birkaç kez tekrarlayın; bu işlemle taş böbreklerden mesaneye doğru yönelecektir.)

Karışım: Demir dikeni* bitkisi hidrolatı + devedikeni* hidrolatı + mısır anasonu (ajowan) hidrolatı. Günde üç kez ve her defasında bir su bardağı kadar içiniz.

*Demir dikeninin diğer adı "çoban çökerten"dir. Deve dikeni kitapta "harşotor" olarak geçer. Har diken demektir şotor da deve. Türkçe karşılığında da doğrudan bu kelime öbeği kullanılmıştır. Farklı türleri olup cinsi "Alhagi"dir.

Sekiz saatte bir, bir bal kaşığı dusin yiyin.

Tuzsuz olacak şekilde dağ berberisi suyunu günde üç kez ve her defasında bir su bardağı kadar içiniz.

Meşhed kavunu (kışta Meşhed kavunu çekirdeği tozu çorbası[bu tozdan üç kaşık çorbaya ekleyin] bu çorba idrar yollarını açacaktır ve prostat iltihabını zayıflatacaktır. (Yaşlılar için yetişkin hasta bezi satın almak yerine kaun çorbası yapınız. [Klasik tıp sistemi tüm halkı kundaklamak istiyor.] Tüm böbrek ve diyaliz sorunları kavun* ve çorbasıyla hallolur.

*İran'da iki tür kavun vardır, buradaki kavun türü "kherbozeh" olarak geçer ki İngilizcesi "Persian melon"dur. Persian melon'un çevirisi bir yerde "Kış kavunu" olarak geçer. Ancak tam emin olamadım.

Günde bir su bardağı karpuz kabuğu suyu içiniz.

UYARI: Aş, böbreklerin tam yıkayıcısıdır ve öğünlere eklenmesi gerekir. En iyi yemek aştır.

Hamilelerde Böbrek Taşı Tedavisi

3 yemek kaşığı kavun (kherbozeh) çekirdeği tozunu arpa ya da buğday çorbasıyla yiyin.

Taş kıran sulardan için.

Böbrek Enfeksiyonu Tedavisi

Böbrek hacamatı

Safra Kesesi Taşı Tedavisi

Sirkengebin (Ağrı olduğunda iki su bardağı sabah ve akşam veririz, ağrı dindiğinde ise günde bir su bardağı veririz.) 40 günden sonra ya taş büyüyecektir veya üç dört parçaya bölünecektir. Büyüdüğünde eriyip yok olur.

Fasd (damar kesme) yaptırın.

Dusin yiyin, günde 1 – 3 bal kaşığı kadar.

Zeynep Sarıkaya 18-06-2018

Hocam sirkengebin nedir vede damar kesme kısmını anlamadım hangi damar için söyleniyor

Muhlasin 14-04-2018

Dusin; Farsça kurgulanmış bir kelime. Du yani iki, sin ise sin harfini temsil ediyor. İki sin-den kastı ise çörek otu ve bal. Farsça'da bal asel demek oluyor. A (ayn) harfini nazara almayıp ikinci harfini nazara almışlar. Çörek otu ise siyahdane demek oluyor ki siyahdanenin ilk harfini nazara almışlar. Dusin tarifi ise; bir ölçek tam öğütülmemiş çörek otu + 3 ölçek bal.

Mustafa 14-04-2018

Dusin Nedir?

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Beşinci Bölüm)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Beşinci Bölüm)

14 Nisan 2018

Kemik ve Eklem Hastalıkları

Romatoid Artrit Tedavisi

Dusin yiyiniz (bir ölçek öğütülmüş/dövülmüş çörek otu + üç ölçek bal) sabah ve akşam üç bal kaşığı kadar, akşamları bir su bardağı suyla bir yemek kaşığı üzerliği yutun, akşamları sirkengebin içiniz ve çörek otu yağı sürünüz.

Osteoartrit (Kireçlenme, Artroz) ve Bel Fıtığı Tedavisi

Bu tür ağrılar soğuk ağrılardır ve eğer soğuk mizaçlı gıdalar yerlerse ağrıları artar. Tedavisi şöyledir:

Acı badem yağını bel, baldır ve diz bölgesine sürünüz. (40 – 120 gün)

Akşamları bir yemek kaşığı üzerliği suyla beraber yutun.

Aç karnına bal yiyiniz.

14 gün sonra diske sıcak hacamat yaptırın.

Akşamları sıcak mizaçlı gıdalar yiyiniz.

Boyun Kireçlenmesi Tedavisi

Aşağıdaki önerileri netice almak için kırk 40 – 120 gün arası yerine getirin:

Acı badem yağını günde iki kez olmak üzere boynunuza sürünüz (her defasında 15 dakika) yağın emilimi için bekleyiniz sonra kıyafetlerinizi giyiniz.

Yağlamadan 14 gün sonra kürek kemiği kupa terapisi yapmaya başlayın. Bir gün arayla 21 kez yaptırın.

Lobut* ile günde 40 – 70 kez hareket yapın.

*Lobut, bowling labutlarına benzer biçimde olan aletin hareket ettirilmesiyle oynanan bir kadim İran sporudur. “Fars mili” olarak da çevirebileceğimiz Lobut’un İngilizcesi “Persian meels”tir.

Kürek kemiği bölgesine sıcak kupa yapın, 7 seans, bir gün arayla, sonra genel hacamat (eğer şiddetli olursa bu tedaviye ek olarak terleme de gereklidir).

UYARI: Terlemenin en iyi yolu, buhar odasıdır (kitapta doğrudan çeviriyle buhar saunası olarak geçiyor ki dilimizdeki karşılığı saunadan farklı olarak buhar odasıdır). Ancak buhar odasından sonra soğuk suya girmeyiniz.

Aşırı Yürüyüşten Kaynaklanan Ayak Şişliği

Aşırı yürüyüşün etkisiyle balgam ayaklarda çökelir ve şişliğe neden olur. Yürüyüş kış aylarında yapılırsa bu şişliğin daha fazla olur. Bu tip şişlik bölgesel hacamatın tekrarıyla yavaşla iner ve iyileşir.

Kamburluk Tedavisi

Dusin yiyiniz.

Acı badem yağı sürünüz.

Rutubet, Kırık, Zedelenme, Zafiyet ve Yaralanmadan Kaynaklanan Bel Ağrısı Tedavisi (Oldukça Denenmiş)

Nohut unu + yumurta sarısı merhemi karışımı

Bel için uygun egzersizler yapın; yatar pozisyonda bisiklet sürme hareketi gibi

Bölgeyi nohut yağıyla yağlayın (ıslanmış nohutu yarım bardak su ve yarım bardak zeytin yağında suyu buharlaşana kadar pişirin, geriye kalan şey ise nohut yağıdır.)

Aktarcılardan iki adet dişi ve erkek kabuklu kaju alın ve kajuları kırılabilecek şekilde ateşte pişirin ve sonra kabukları rahatlıkla soyulacaktır. Kajuların içini ezin ve ayrı bir yerde hafifçe kızartın sonra balla karıştırın; sabah, öğle ve akşam bir çay kaşığı kadar yiyiniz; bu ilaca ek olarak muhlise* çiçeği hidrolatını günde iki çay bardağı kas tutulması, şiddetli bel ağrıları, cinsel ve bedensel performans düşüklüğü için kullanın.

*ÇN: Farsça aslı Muhlise, Farsça kaynaklarda geçen bilimsel adı; Pyrethrum daisy. Kaynaklarda "Pire otu" olarak geçiyor ancak farklı adlandırmaları var. Bu bitkinin iki cins adı var; Chrysanthemum ve Tanacetum. Bu bitki türünün yaygın olan birçok adı da var. Türkçe kaynaklarda Pyrethrum roseum, Tanacetum coccineum olarak da geçer. Ancak Farsça ve Türkçe görsellerde farklı eşleştirmeler yer alıyor. Bazı kaynaklarda gümüşdüğme bitkisi olarak da geçer. Çoğunlukla papatya görselleri yer alır. Zaten bu bitki papatyagiller ailesine ait bir bitkidir. Kısacası farklı adlandırmalarla karşılaşabilirsiniz. Türkiye'de hidrolat üretimi geniş yelpazede seyretmediğinden bulunması ve elde edilmesi müşkül olabilir.

Boyun Fıtığı Tedavisi

Eğer safravi ise, genel hacamat yaptırsın, iki haftada iki kez.

Sırt bölgesine sıcak kupa, bir gün arayla.

Kırık ve Kas Yırtılması (Şiş) Tedavisi

Platin takılan kırıklardan platini çıkarabilir kemiğin tam olarak kaynaşmasını sağlanabilir. Soğuk anında bölgede hissedilen ağrı, bölgedeki aşırı sevdadan kaynaklanır, tedavisi mümkündür. Tedavisi şöyle:

Karaağaç ağacının kabuğunun şırasını sürün. Ağacın kabuğunu koyu bir şıra elde edene kadar kaynatın ve bu şırayı kırık kemiğe sürün ki böylece tez vakitte kaynaşacaktır ki çörek otu yağından daha güçlüdür.

Kırık ağrısı ve şişini gidermek için, bölgesel hacamat ya da bölgesel sülük ya da bölgesel yağlama

Kırık ve etrafına kupa atın, bir gün arayla

Deve hörgücü ve çörek otu yağı ile yağlama

Dusin merhemi

Buğday tozu ile yumurta akı merhemi

Yumurta akı, incir, deve ayranı, üzüm pekmezi ve tahin yiyeceği

Sıcak ortam

Bel Ağrısı ve Bel Fıtığı Ağrısı İlacı (Oldukça Denenmiş)

Bel fıtığı ve ağrılarından yakınanlar için bu reçete oldukça güçlü etkiye sahiptir: (Karabiber + zencefil + çörek otu + kekik + zeytin yağı); malzemelerden eşit ölçüde alın ve tamamen ezin/öğütün ve zeytin yağıyla karıştırın, fıtık bölgesine deri tarafından emilene kadar sürün ve her gün sabah bir kez ve akşam bir kez olmak üzere uygulayın ve iyileşene kadar devam gösterin ki oldukça etkilidir.

Çeşitli Diz Ağrıları ve Tedavileri

Günümüz toplumunda diz ağrısı ve dizle bağlantılı rahatsızlıklar en yaygın ağrılardan sayılır. Dolayısıyla bu başlık altında tanı koyma ve tedavi şeklini ele alacağız. Diz ağrısı geleneksel tıbba göre, balgam, sevda hatta safra gibi çeşitli nedenlerden kaynaklanabilir. Çok nadir durumlarda dem hıltından diz ağrısı meydana gelebilir.

Sevdavi Diz Ağrısı

Bu tip diz ağrısı hem kadınlarda hem erkeklerde yaygındır.

Tanı Belirtileri: Sevdavi olanlar ya da sevda galebesi olanlar muhtemelen bu tip diz ağrısı yaşarlar. Bu tip diz ağrısında dizler cılız olur ve açılıp kapanırken ses işitilir. Eklemde sevdanın çökelmesi ve soğuklukla beraber kuruluğun ortaya çıkması nedeniyle bu tip diz ağrısı meydana gelir ki daima soğuktur ve ilerlerse eklem şekil değişikliğine uğrar ve aşınma görülür. Eklem romatizması olanların büyük çoğunluğu bu kategoride yer alır.

Tedavi:

Sirkengebin içiniz, akşam öğününden bir saat sonra. Eğer hasta kırk yaş üstü olursa ya da hastanın mizacı aşırı soğuk olursa, önceki karışım yerine şu karışımı kullansın: (4 ölçek kokulu zeytin yağı + 2 ölçek bal + 1 ölçek doğal sirke), her sekiz saatte bir, bir yemek kaşığı yiyiniz.

Her akşam, dört aya kadar, acı badem yağını dizlerinize sürünüz.

Diz kupası yapın, bir gün arayla, 21 kez.

Akşamları 7 adet inciri bir su bardağı gül suyunda* ıslatın ve akşamları içiniz.

*Gül suyundan kasıt doğal yollarla elde edilen gül suyudur, sentetik olan değil.

Aç karnına 7 adet zeytin yiyiniz.

Günde 21 adet kuru üzüm yiyiniz.

Tahin pekmez, günde bir küçük kase.

Sevda yapan gıdaları azaltın.

Genel hacamat, iki hafta sonra diz hacamatı ve hatta sülük terapi tedavi sürecinde hastanın durumuna göre yerine getirilmelidir.

UYARI: Hastalık ilerlemişse eklemde şekil değişikliği meydana gelmişse, sadece tedavi süreci uzayacaktır. Tedavi süresi normal olarak 4 – 6 ay kadardır ve ilerleyen vakalarda 1 – 2 sene kadardır.

Safravi Diz Ağrısı

Bu tip diz ağrısının yaygınlığı toplumda daha seyrektir.

Tanı Belirtileri: Bu tip diz ağrısı safravi mizaçlarda ve safra seviyesi yüksek olan kişilerde görülür. Bu kişilerde diz ağrısının meydana gelmesinin nedeni; safra şiddetinden kaynaklanan aşırı eklem kuruluğudur. Eklemde ses, yanma hissi ve eklem içi ağrı görülür. Tedavisi şöyle:

Hindiba sirkengebini içiniz, akşam yemeğinden bir saat sonra (40 akşam)

Genel hacamat, kameri ayın dörtte üçlük diliminde, bir seans

Safra üreten gıdaları azaltın.

Hastalığın başlangıcından epey süre geçmişse kıkırdağın onarımı için akşamları uyumadan önce şu karışımı kullanın: (40 – 80 gün) Bir su bardağı tabii süt + iki yemek kaşığı iğde tozu + iki yemek kaşığı bal.

Balgami Diz Ağrısı

Bu tip diz ağrısı kadınlarda oldukça yaygındır.

Tanı Belirtileri: Bu tip diz ağrısı genel olarak balgam mizaçlılarda ve balgam galebesi olan kişilerde görülür. Sebebiyse balgamın diz ekleminde çökelmesidir. Balgam eklemde artıp çökeldiğinde ağrıyla beraber şiş yapar. Halk arasında “dizde su toplandı” diye geçer. Bu tip diz ağrısında tedavi süresi balgamın şiddetine göre 2 – 6 ay kadardır. Tedavisi şöyle:

Yaş ve soğuk gıdaları azaltın.

Şu karışımı kullanın: (3 ölçek bal + yarı öğütülmüş bir ölçek çörek otu) her sekiz saatte bir bal kaşığı kadar yiyiniz. (40 – 120 gün)

Bir küçük kasede günlük olarak tahin pekmez yiyin.

Her akşam çörek otu ve acı badem yağı karışımıyla yağlayın.

Diz kupası, bir gün arayla, 21 kez.

Akşamları 7 adet inciri ıslatın ve yiyin.

Tarçın ve zencefil demleyip içiniz, günde bir su bardağı önerilir.

Tuz ve undan hamur elde edip merhem şeklinde dize sürün.

Eklem Çıkıklığı ve Takviyesi Tedavisi

Deve hörgücü yağını 3 – hafta süresince sürün, takviye olduktan sonra tuzlu su ile yıkayın ya da tuz + yumurta sarısı merhemi kullanın.

Kemik Soğukluğu Tedavisi

Günde 5 – 7 adet incir tüketin.

Kemik Eğriliği Tedavisi

Sirke, kemiği yumuşatır, eğer kemik eğri gelişmişse önce sirkede bekletirler (7 gün boyunca), yumuşadığında düzeltirler ve sağlamlaşması için sıcak tabiatlı yağlar sürerler.

Kemik Erimesi Tedavisi

Eğer yağları düzeltirseniz kemik erimesine yakalanmazsınız. Tedavisi şöyle:

İğde muhallebisi (3 kaşık iğde tozunu bir su bardağı ballı sütte eritin ve günde bir su bardağı içiniz.)

İncir yiyiniz.

Gut Tedavisi

Sıcak hastalıklardandır ve aşırı yemeden kaynaklanır. Tedavisi şöyledir:

Akşamları sirkengebin içiniz.

Genel hacamat ki vücuttaki ürik asidin düzenlenmesini sağlar.

Ancak bu hastalıkta çökelme olduğundan; sakral hacamatı, baldır ve kab'ul urgup* (topuk arası) hacamatı ve nihayetinde baş parmak bölgesel sülüğü yapılır.

*Belirtildiği üzere "kabul urgup" Arapça bir kelime öbeği ve "kab"den kasıt dış malleol kemik çıkıntısı "urgup"tan kasıt ise aşil tendonu. Bu hacamatın tam yeri topuk ile dış malleol arasıdır.

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Altıncı Bölüm - SON)

Mizacını Tanı Kitabı (Yirmi Altıncı Bölüm - SON)

22 Nisan 2018

Endokrin Hastalıklar

Tiroid Bezinin Yavaş Çalışması

Geleneksel tıbba göre tiroid bezinin az çalışması vücudun soğukluğundan ileri gelir. Tedavisi şöyledir:

Asıl tedavisi, 14 seanslık boğaz altı kupa terapisidir. (Bu kupa türü uzmanlık gerektirdiğinden geleneksel tıp uzmanı tarafından yapılmalıdır.)

Üzerlik, akşamları bir bal kaşığı kadar, suyla birlikte yutunuz.

Uyumadan önce sıcak mizaçlı koku koklayın.

Haftada beş kez olmak üzere kahvaltılarda üzüm pekmezi tahin yiyiniz.

Soğuk mizaçlı gıdaları ciddi ölçüde azaltın ya da yemeyin, özellikle akşamları.

Damla sakızı*

*ÇN: Farsça aslı “samq-i mastaki”. İngilizcesi “mastic” olarak geçer. “Mastaki” sakız ağacı, “samq” ise reçine demek oluyor. “Mastaki” Arapçalaştırılmış bir kelime olup Yunanca “mastikha”dan alınmıştır. Kısaca damla sakızı, sakız ağacından elde edilen reçinedir.

Deniz suyu

Şahtere otu

Su teresi*

*ÇN: Farsça aslı “bulaq oti” olarak geçer. Türkçe bir kelimedir. Dilimizdeki karşılığıysa “su teresi”dir. Bulak; kaynak, pınar anlamına gelirken “oti” ise “otu” demek oluyor. Wikipedia’da geçen su teresinin tarihçesine göre, savaş komutanı ve tarihçi olan Ksenofon askerlerden güçlerinin takviyesi için su teresi yeme emrini veriyor. Ksenofon ayrıca Sokrates’in de öğrencisidir. Neden “bulaq oti” denildiğine dair ise herhangi bir bilgiyle karşılaşmadım.

Tiroid Bezinin Normalden Fazla Çalışması

Bu bezin fazla çalışması geleneksel tıbba göre aşırı sıcaklıktan ileri gelir.

Boğaz altı kupa terapisi, 7 seans

Kupadan sonra bir kez genel hacamat yaptırın.

İki hafta sonrasında çene altı (taht al-zaqan)* hacamatı yaptırın.

*ÇN: Taht; alt, zaqan ise çene demek oluyor. Osmanlıca’da “zekan” olarak da geçer.

Üç Günde Kabakulak Tedavisi (Oldukça Denenmiş)

Bu hastalık tedavisi için çok sade ve denenmiş şaşırtıcı bir yöntem var. Söz konusu tedaviyi uygulayarak bu hastalığından şerrinden üç gün içerisinde kurtulabilirsiniz, bunun için şu malzemelere ihtiyacınız var: Bir adet misket limonu ya da iki adet büyük limonlardan + bir yemek kaşığı hakiki bal + bir su bardağı su + birkaç adet buz parçası. Limonun suyunu sıkın sonra bal ve suyla karıştırın ve buz ile soğutup için. Bu karışımı 72 saat boyunca su ve yemek yerine kullanın ve başka bir şey de yemeyin ve 72 saat boyunca sadece dinlenin.

Prostat’ın Kesin Tedavisi

Prostat hastalarında idrarı kontrol edememe görülür, bu hastalık balgamdan kaynaklanır. Tedavisi;

Dusin yiyiniz, sabah ve akşam.

Genel ve sakral hacamatı, bir ay arayla

2 hafta sonra Pubis hacamatı (sıcak ve yaş olanı)

Isırgan otu tohumu ve kavun (kharbozeh) tohumunu demleyip için.

Karın altı sıcak kupa, eş zamanlı 4 adet kupa, bir gün arayla

UYARI: Tedavi süresi 40 gündür.

Kanser Hastalıkları

Kanser Karşıtı (Antikanser) Aş

Yaprak soğanı, reyhan, yonca, havuç, şalgam, tere, çörek otu, kimyon, semizotu ve zeytin yağı (günde bir öğün)

Kanser Metastazı için Tedavi

Kanser ilk olarak vücuttaki soğuk bölgeleri hedef alır ki o da akciğer oluyor, biz öncelikle kanser durumunda akciğeri koruruz ki bu da akciğer kupa terapisidir ve süresi 15 dakikadan fazla olmalıdır (bir gün arayla, 70 kez). Omuz ve akciğere eş zamanlı olarak 7 – 14 adet kupa yerleştirin. Eğer metastazı olursa toplayacaktır ve eğer kanserin metastaz yapmasından endişe duyuyorsanız, metastazın önünü alacaktır. Hiçbir şey kupa terapinin yerini almaz zira balgamı kana dönüştürür.

Metastaz noktasına kan almaksızın çizik atın (haftada bir kez).

Sıcak Mizaçlı Kanser Tedavisi

Yaprak soğanı ve kişniş suyu + un + pudra şekeri ile hamur elde edin ve kanser tümörünün üzerine yayın. 7 gün sonra tümör yok olacaktır. Kavak yaprağı demlemesini sürekli içmek de iyileştirir.

Diğer Hastalıklar

Bağımlılık Tedavisi

Sirkengebin içiniz.

3 kez genel hacamat (ayda bir kez)

İki hafta sonra genel hacamatın ortasında, iki hafta sonra bel hacamatı

Üç kez genel hacamattan sonra baş hacamatı

3 – 4 hafta baş hacamatından sonra başa sülük atın özellikle de kulak arkalarına.

Kürek kemiği ve diz kupa terapisi

Bir bal kaşığı limon otu + bir su bardağı portakal çiçeği hidrolatı, akşamları.

Komaya Giren Hastayı Uyandırma

Safranlı bal şerbeti

Gül kokusu koklatın.

Ayak masajı

Safran ve bal şerbeti

Kürek kemiği kupa terapisi

Sol elin iki küçük parmağı arasından kan alma

Sperm Sayısını Artırma

Sabah ve akşam bir bal kaşığı dusin yemek yaralıdır.

Göbek Düşmesi Tedavisi

Göbek çevresi kaslarının zayıflaması ve göbeği bırakması bu rahatsızlığın sebeplerindendir ki sonrasında enfeksiyona yol açıp ağrı yapar. Tedavisi şöyle:

Göbek üzerine büyük bardakla 20 – 30 dakika süresince kupa atın.

Göbek çevresi masajı, ondan sonra göbeği ilk gün hint yağıyla (EN: castor oil), ikinci gün bal ile doldurun.

Fıtık Tedavisi

Tedavisinde, fıtık çevresine kupa atın ve sıcak mizaçlı yağlarla yağlayın. Eğer fıtık düşük olursa göbği kaslara eriştirin ve özel bir bant kullanın, yavaş yavaş kaynaşıp iyileşecektir.

Omirilik Kanalı Daralması (Spinal Stenoz) Tedavisi

Acı badem yağı ve çörek otu yağı ile günde üç kez nemli ve yaş kalana dek yağlayın.

Omuriliğin iki yanına kupa atın, her taraf 7 kupa olacak, 14 seans/kez

Kürek kemiği bölgesi masajı

Soğuk Algınlığı Tedavisi

Soğuk algınlığı, balgam dolgunluğu demektir, gripte ise balgamın dolmasının yanında enfeksiyon da görülür. Safravi mizaçlar balgami mizaçlara göre soğuk algınlığına yakalanmaya daha müsait yapıdadır.

Soğuk algınlığı tüm hastalıkların lideridir ve en iyi tedavi şekli "terleme"dir. Zira geniş çaplıdır ve vücudumuzda beş milyon gözenek bulunur ki terlemeyle hıltlar (ehlat) bu gözeneklerden dışarı atılır. Terleme, kadim hamamlarda bulunurdu. Hastayı buhran halinden terleme yoluyla kurtarabilirsiniz. Eğer balgam bundan daha fazla olursa ve safrayla karışırsa gribe (enflüenza) dönüşür ve ateş ve kabızlığı da ardı sıra getirir, gripte görülen ateş enfeksiyonel yapıdadır. Bu hastalıkta yapılacak ilk iş, baskın hıltı (balgamı) terleme yoluyla gidermektir.

Terleme ya da kupadan önce sıcak çorba içildiği takdirde etki yüzdesi artar zira vücudu içten sıcak eder ve sonrasında kupa ya da terleme daha çok etki eder.

Soğuk algınlığı kanalından büyük hastalıklar meydana gelir. Soğuk algınlığında hastanın dinlenmesi şarttır. Dinlenme yani vücuda enerji ve sıcaklık sağlanmasıdır ama uyumamaları gerekir zira uykunun mizacı soğuktur. İnsan baştan soğuk alır bu yüzden başı örtmek ya da yağlamak gerekir. Tedavisi şöyle:

Terlemek mümkün değilse, eş zamanlı olarak 8 adet normal büyüklükte bardakla 10 -15 dakika kadar (3 gün art arda olmak üzere) kürek kemiği kupa terapisi yapın. Eğer sıcak kupa terapisi olursa daha faydalı olacaktır. (Kürek kemiği kupa terapisi, beyin ile vücut ortaları arasında bağlayıcı olduğundan ikisine de etki eder.)

Eğer sadece başta soğuk varsa, nane esansını alnınıza sürün. Eğer soğukluk tüm vücuda yayılmışsa acı badem yağı + nane esansını tüm vücuda sürün. Eğer tüm vücudu yağlamak mümkün değilse en azından kürek kemiği bölgesini yağlayın.

Ateş artarsa kürek kemiği kupası yapın, bir bal kaşığı dusin yiyin, elme ve dere otu hidrolatı oldukça yararlıdır. (Kupa, çocuklar için de yararlıdır.)

Eğer burun akıntısı varsa, bıngıldağı susam yağıyla yağlayın.

Eğer enfeksiyon varsa, nane demleme çayını dört saatte bir içiniz ve sabah akşam dusin de yiyiniz.

Sıcak çorba (buğday + arpa + nohut + sıcak mizaçlı yeşilliklerden özellikle tarhun ve nane)

Tüm Vücudu Kapsayan Ağrı Tedavisi

3 hafta aralıklarla 7 kez genel hacamat

Güneşlenme (sabahları)

Sıcak mizaçlı gıdalar yiyiniz.

Nane demleyip için.

Alnınıza nane esansı sürün.

Terleme

Eğer bu ağrı, soğuk mizaçlı gıdalar yerken artıyorsa soğuk ağrıdır, tedavisinde nane esansı ya da acı badem yağı sürmek veya nane esansını çörek otuyla birlikte alnınıza sürmek iyi gelecektir.

Üzerlik yutunuz (akşamları bir yemek kaşığı kadar üzerliği su ile birlikte yutunuz)

UYARI: Üzerliği asla çiğnemeyin.

Herhangi Bir Organın Zayıflaması Tedavisi

Bölgesel sülük terapi ve tekrarlı kupa terapisi (40 kere üstü)

NOT: Hastalıklar ve tedavisi kısmı burada sonlanmıştır.

Önemli Tüyolar

Dudağı çatlayan biri göbeğini yağlarsa iyileşir.

Kirpikler için badem sürmesi iyidir.

Nemlendirici kremler, safravi ve sevdavi mizaçlar içindir.

Eğer bir kimseye bir çay kaşığı kadar (bir kaşık dövülmüş biber + 3 kaşık bal) verirseniz spor dallarında kahraman olacaktır zira fazla enerji üretir ve kış aylarında montun işlevini görür.

Bal, vücuttaki soğukluğu acil olarak tedavi eder. (Üzüm pekmezi, bitkisel baldır yani bal olmadığı durumlarda alternatif olarak üzüm pekmezi kullanılır.)

Nergis çiçeği, alzheimer, depresyon, bunalım ve sinir yatışmasına iyi gelir.

Çay, soğuk mizaçlı olup sevda yapar ve damarları tıkar. Kış aylarında nane demleyip için ve yaz aylarında ise portakal çiçeği demleyip için.

Ekşi ile balığı birlikte yemek, vitiligo hastalığına neden olur.

Süt içmeyi sadece bal ya da hurmayla birlikte öneriyoruz, aksi halde vücudun soğumasına neden olur.

Hapşırma, damarları genişletir ve beyindeki küçük damarları açar.

Hacamatın en iyi rakibi yürüyüştür.

Safrayı artırmak istiyorsak; gıdayla, sıcak ortamla ve mutluluk verici sözlerle mümkün ama nefret uyandırıcı sözler zararlı safra üretir.

Su, hava, ateş ve toprağın idrak ve kavrama kabiliyeti var, Kur'an'da deliller vardır ve bu yüzdendir ki Nisan suyuna ayet okunursa şifa olur.

Susam üretiminin artırılması gerekir ve İran ise çöl bölgesi (kuru olup, tuz oranı yüksektir) olup susam da az miktarda suya ihtiyaç duyar.

Mukaddes mekanlar diğer mekanlar gibi değildir. İçinde barındırdığı atmosfer insanı ister istemez etkiler. Bu açıdan mekanlar birbirinden farklıdır. Bazı mekanlar insanı daraltırken bazı mekanlar ise iç açıcıdır.

Kadınlar genel olarak tüysüzdür zira soğuk mizaçlıdırlar, istenmeyen tüyleri olanlar sıcak mizaçlıdır ve çocuklar da böyledir.

Karşılıklı tartışırken, fikir ve bilgi alışverişinde bulunurken sıcak mizaçlı gıdalar yiyin ki öğrenilen bilgileri unutmayasınız.

Bir rivayete göre; inek eti hastalık yaparken sütü ise şifadır, koyun eti ise şifa iken sütü hastalık yapar. Sütü sağılan koyunların nesli gittikçe zayıflar.

Menekşe ve yağı diğer mizaçlarla uyumluluk gösterir ve mizacı teşhis ederken şüpheye düşülürse menekşe verilir.

Tüm cehalet askerleri sevda yapıcı özelliktedir ve en zirvede "yalan" yer alır.

Gülmek, bazen birinci derece sıcak ve sonuncu derece soğuk ike ağlamak birinci soğuk ve son sıcaktır.

Feryat göz yaşı insanı zayıf düşürür.

Acı tatlar, keskin tatlar, tatlı tatlar ve tuzlu tatlar sıcak mizaçlıdır.

Taze ve temiz bir hava, latif kan, latif kan ise latif fikir üretir ve latif fikirde; işkillenme, kuruntu ve kötü hayaller, art niyet, kaba ruh yapısı ve sevdavi düşüncelere yer yoktur.

Kıbleye doğru uyumak vücut ehlatının düzenlenmesine ve rahat uyumaya yardımcı olur.

Mutluluk, sıcaklık üretir. Korku, ümitsizlik ve sıkıntı ise soğukluk üretir.

Toplumda yaklaşık olarak mutedil mizaç yok, olsa bile çok az. Zira itidal durumunda ölüm anlamsız kalır. Hükema, Hz. Mehdi'nin mizacının mutedil olduğuna inanır.

Etin yanında yoğurt yerseniz sevda oluşur.

Baharatlar sıcak ve kurudur, en çok baharat tüketenler Avrupalılardır.

En iyi yaz içeceği pekmezli sirkedir; iki ölçek sirke ve 5 ölçek pekmez.

Günde bir avuç kuruyemiş yemek insan ömrünü 10 – 15 yıl uzatabilir, çiğ kuruyemiş daha iyidir, kabuğundan çıkarılmamış olmalıdır, eğer kuruyemişi kırdıysanız bir hafta içerisinde tüketmelisiniz.

Aşırı karın ağrısı çekenlerin göbeği sorunludur. Kupa terapisi ve bal pansumanıyla iyileşir.

Aş yemek olmadan önce ilaçtır ve her mizaç için yararlıdır.

Ballı tahin kemik iliğini kızıştırır.

Bal eğer 55 dereceden fazla ısıya maruz kalırsa bozulur.

Dışkı yapma, yemeğin sayısınca olmalıdır ve rahatlıkla yapılmalıdır ve eğer az olursa böyle bir kimsede kabızlık var demektir.

Pirinç kuru mizaçlı olduğundan kabız için zararlıdır ve erik nemli mizaçta olduğundan yararlıdır. Pirincin muslihi (düzenleyicisi) süttür.

Siyatik ağrısının nedeni, sevdanın artışıdır.

Dizin ön kısmında görülen ağrılar artroz (kireçlenme) iken diz arkası ağrılar kana bağlıdır.

Kemoterapide, sağlıklı ve hastalıklı hücreler birlikte öldüğünden savunma sistemi düşer.

Uyku terörü ve kabuslar sevdadan kaynaklanır. Tedavide önce munzic (örnek olarak; nar) verilir sonra genel ve baş hacamatı yapılır.

Hamile kadınlar çörek otu yememelidirler çünkü düşüklüğe yol açabilir.

Taş kırıcı ilaçlar, düşüklük de yapar.

Frenk kimyonu*, mide gazına çok iyi gelir (yemekle birlikte).

*Frenk kimyonunun diğer adı; Keraviye ve Karaman kimyonudur

45. Yanık tedavisinde bal sürdüklerinde balı temizlemeyip bal üstüne bal koymalılar.

46. Ballı süt, tam bir gıdadır. En iyi süt inek sütüdür. Sütlü pirinç (sütlaç tatlısı da denilebilir) balla olursa daha iyidir.

47. Göğüs kanseri, cinselliği bastırmaktan ileri gelir.

48. Baldırları sıcak etmek için incir iyidir.

49. Kolay doğum yapmak için günde 3 adet hurma yiyiniz.

50. Kan yoğunluğu ya balgamdan kaynaklanır ya da kan/demden kaynaklanır.

51. Hırçın ve sinirli çocuklar için badem hariresi iyidir. (Harire bir tür muhallebi.)

52. Karaciğeri destekleyen en iyi gıda hindibadır.

53. Mideyi destekleyen en iyi şey aç karnına baldır.

54. Böbrekleri destekleyen en iyi gıda çörek otudur.

55. Arı ve akrep kristalize safra olup karınca kristalize sevdadır.

56. Zencefil yağı çok sıcak tabiatlıdır.

57. Zeytin yağı bir nebze sıcaktır.

58. Menekşe yağı çok serindir.

59. Eğer kendimizde ibadet etme isteği uyandırmak istiyorsak vücudumuzu sıcaklaştırmalıyız.

60. Aşırı balgam olumsuz betimleye neden olabilir.

61. Badem sürmesi en sade sürmelerdendir ve hazırlanışı şöyledir: Bademi yakın ve dumanını toplayın. Bir diğer sade sürme de rezene esansıdır.

62. En çok rağbet gören sürme de taş sürme ya ismid sürmesidir ki Sistan ve Beluçistan'dan çıkarılır.

63. Pirinçler arasından ilk olarak Şiraz pirinci sonra İsfehan pirinci sonra Kuzey pirinci sonra ithal pirinç sıcaktır. Pirinç yemek istediğinizde kazmaklı pilav yiyiniz, süzme pilav değil. Çünkü süzme pilav şeklinde daha soğuktur.

64. Asprin ilacının 5.5 milyar tüketicisi bulunmakta, eğer bu ilacı bir kimse 100 gün boyunca kullanırsa mide yarasına yakalnır.

65. Olumlu düşleme sıcaklıktan olumsuz düşleme ise soğukluktan kaynaklanır.

66. Susam, Hint kahramanlarının yemeğidir, aşırı susam yemenize karşın karaciğeriniz yanarsa, biraz yoğurt yiyin.

67. Hipokrat, dünyada geleneksel tıbbın babasıdır ki Galen tıbbi bilgilerini Hipokrat'tan aktarır.

68. Yemek yerken ağzı yağlanan kimselerde kan yoğunluğu vardır.

69. Sarımsak, soğuk tansiyon için yarar sağlar, sıcak tansiyon için değil.

70. Soğuk mizaçlı gıdalar kemik erimesi yapar. Süt mamüllerindeki kalsiyumu, sıcak olan incir ve bademden sağlayabilirsiniz.

71. Başta ağırlık hissi duyuyorsanız kupa yapın geçer.

72. Aşırı kişniş tüketimi kederlendirir (soğuk oluşu dolayısıyla)

73. Buğday çorbası en iyi kan yapıcıdır ve tüm mizaçlar için yararlıdır.

74. B12 vitamini arpa ekmeğinde bulunur ve saçların beyazlamasını önler.

75. D vitamini eksikliğini; hurma, badem, antep fıstığı, çeşitli yeşillikler özellikle yaprak soğanı giderir.

76. Abghoost yemeği İran'a ait bilgece bir yemek.

77. Mantar aşırı soğuktur, sürekli tüketimi vücudu soğutur.

78. Şişmanlığın tanısında ölçüt, el bileğinin ölçümüdür. Eğer bilek küçükse ve şişmansa kilo fazlalığı var demektir, böyle biri mutlaka öğle yemeğini iptal etmelidir, yememelidir.

79. Şarkı söylemek beyindeki sevdayı giderir.

80. Kötü kokulara istekli olmak; benzin kokusu ve gaz yağı gibi beyindeki aşırı sevdadan kaynaklanır.

İran'daki Korkutucu İstatistik

İstatistiklere göre İran'da kanser oranı diğer dünya ülkeleri istatistiklerinden daha fazladır. İran'da mide kanseri, dünya ortalamasının iki katıdır. Dört yüz binden fazla kanser hastası İran'da bulunmakta, her yıl yüz bin kişi kansere yakalanmaktadır.

İran halkının %33ü prostat hastasıdır.

İranlı kadınların %70inde kalsiyum, çinko, demir eksikliği ve kansızlık görülmektedir.

Tahran'da ölümlerin sadece %3.5i doğal ölümdür.

Meşhed'de ölümlerin %43ü kalp hastalıkları yüzündendir.

Eskiden kemik erimesi yaşı yetmiş yaş ve üstüydü ama günümüzde 45 yaşa kadar düştü, görüldüğü üzere yakın gelecekte 35 yaşına kadar düşecektir.

İran dünyada sakız tüketenler içinde üçüncü sıradadır ki sakızların %80i ithal edilmektedir ve bazısı alkol içermektedir.

Dünyada kişi başına düşen içecek tüketimi dört litre iken İran'da 43 litredir. İran en çok içecek tüketen ülkelerdendir.

İran dünya ülkeler sıralamasında aşırı yeme konusunda ilk ondadır.

İran en çok kozmetik ürün kullanan 7 ülke arasında yer alır.

Halkın yarısından çoğu obezite ve beşte biri tansiyon hastasıdır.

İran'da beş yüz bin kişi ve dünyada otuz beş milyon kişi alzheimer hastasıdır.

Tahranlıların beşte biri diyabet hastasıdır ve İran'da yedi milyondan fazla diyabet hastası vardır. Gerçekte İranlıların yüzde onu diyabet hastasıdır. Dünyada ise 246 milyon kişi diyabet hastasıdır. Her yıl üç milyon şeker hastası yaşamını yitiriyor ve insan ölümlerinde beşinci sırada yer alıyor.

İran'da yüz bir bin psikolojik hasta var ve her üç İranlıdan birinin psikolojik rahatsızlığı var.

Kalp hastalıkları ölümlerde başlıca faktörlerdendir ve gelecek sekiz yılda İranlı ergenlerin yüzde yetmişi kalp hastalıklarına yakalanacaktır. İran'daki kalp hastalıkları dünya geneline göre 7 – 10 yıl daha düşüktür.

Çin'de ve İran'da kalp hastalıkları oranı altmışa birdir ama kalp cerrahilerinin oranı eşittir.

Yılda yedi yüz bin kişi hastanede yatılı kaldığından ötürü varı yoğunu elden veriyorlar.

33 yıl içinde otuzdan fazla yeni hastalık türedi.

İranlılar dünya halklarının dört katı kimyasal ilaç kullanıyorlar. Her dört İranlıdan biri ilaç kullanıyor.

Sağlık bakanlığı ülkede 5 milyon şeker hastası olduğunu bildirdi.

NOT: Kitap burada sonlanmıştır. Çeviri sırasında bir takım hatalar olabilir. Her türlü dil bilgisi hatası, anlam düşüklüğü vesaire tashih sürecinde giderilecektir inşallah. Bir sonraki kitap muhtemelen pekiştirme olması açısından “mizaç tanıma” temalı kitaplardan olacaktır. Sabrınız için teşekkürler. Sağlıcakla kalın.

Muhlasin 25-04-2018

Selamun Aleykum Esengül Hanım, mizaç çok karmaşık bir bütün olduğu için kitabın ilk bölümlerinde geçen 4 mizaca ait karakter belirtileri ve ortaya çıkardığı baskın davranışları kendinizde gözlemleyerek tahmin yürütebilirsiniz. Ancak en sağlıklısı, güvenilir geleneksel tıp uzmanına muayene olmanız, çünkü gözle incelemek gerekir. Dil, göz, deri vesaire yollarla teşhis kolaylaşır. Muayeneden sonra size bir takım sorular yöneltirler, ona göre baskın gelen mizacı ve dengeyi aşan hıltı/salgıyı belirtirler. Çünkü bir genel mizacınız vardır bir de normal seviyesini aşan ehlat vardır. Bu açıdan bakınca kitaptaki özelliklerin kendinizde çeliştiği hissine kapılabilirsiniz. Kitabın izlediği yol; genel bilgilendirme. Bu açıdan yetersiz kalabilir. Geleneksel Tıp kategorisinde, Gıdaların Mizaçları Nelerdir yazısında çoğu gıdanın mizacı belirtildi ve muslih/düzenleyicisi getirildi. Oradan ulaşabilirsiniz. Ayrıca kitabın 7. bölümünde Sağlıklı Bir Vücut için Ne Yemeliyiz adlı konu size yardımcı olacaktır. Sağlıcakla kalınız.

Muhlasin 25-04-2018

Mustafa Bey, çok teşekkürler, çevirilere devam edeceğiz inşallah. Dusin'e gelince: Dusin; Farsça kurgulanmış bir kelime. Du yani iki, sin ise sin harfini temsil ediyor. İki sin-den kastı ise çörek otu ve bal. Farsça'da bal asel demek oluyor. A (ayn) harfini nazara almayıp ikinci harfini nazara almışlar. Çörek otu ise siyahdane demek oluyor ki siyahdanenin ilk harfini nazara almışlar. Dusin tarifi ise; bir ölçek tam öğütülmemiş çörek otu + 3 ölçek bal. Ölçekten kasıt ise ister kase olabilir ister kaşık, size kalmış. Sağlıcakla kalınız.

esengül çalık 25-04-2018

peki mizacımıızı nasıl öğrenecez, neye göre beslenecez.

Mustafa ERGÜL 24-04-2018

Hocam öncelikle çok teşekkür ediyorum. Uzun süredir emek harcadınız çeviri yaptınız. Faydalandık ve faydalanmaya devam da edeceğiz İnşaALLAH. ALLAH razı olsun sizlerden.

Hocam DUSİN ne demektir. Nasıl elde edebiliriz. Tekrar teşekkürler